

TROPA
BRIZOLA

JORNADA 10K

MENTE INABALAVEL



The text 'JORNADA' is in white with a black outline, positioned above '10K'. '10K' is in a large, glowing green font. A green arrow points upwards from the top of the '1' towards a green dollar sign (\$) at the top right. Another green arrow points downwards from the bottom of the 'K' towards a green dollar sign (\$) at the bottom right. The word 'MENTE' is in white with a black outline, positioned below '10K'. The word 'INABALAVEL' is in white with a black outline, positioned below 'MENTE'.

MENTE INABALÁVEL

Não seja um
BESOURO!



Inteligência Emocional

A palavra **inteligência**, em si, significa: capacidade de **extrair informações**, aprender com as **experiências**, **adaptar-se** ao ambiente, **compreender** e utilizar corretamente o **pensamento** e a **razão**.



- Capacidade de **identificar e lidar** com as suas emoções.
- Habilidade de **agir da melhor forma possível**, mesmo diante das emoções.
- Permite que **você escolha** como vai reagir diante das situações.

Tá, mas como eu **aprimoro** a minha inteligência emocional!?

Você **se conhece**?



Quais são suas **3 principais qualidades**?

disciplinado, resiliente, otimista, paciente, bom ouvinte, persistente, confiança, honestidade



Quais são seus **3 principais pontos fracos**?

desatento, memória fraca, perfeccionista, dificuldade em dizer “não”, desastrado, estabanado



Como posso usar isso **ao meu favor**?

“Tudo que você **é** e **vive hoje** é resultado daquilo que você **plantou no passado**.”

MENTE INABALÁVEL

TROPA
BRIZOLA

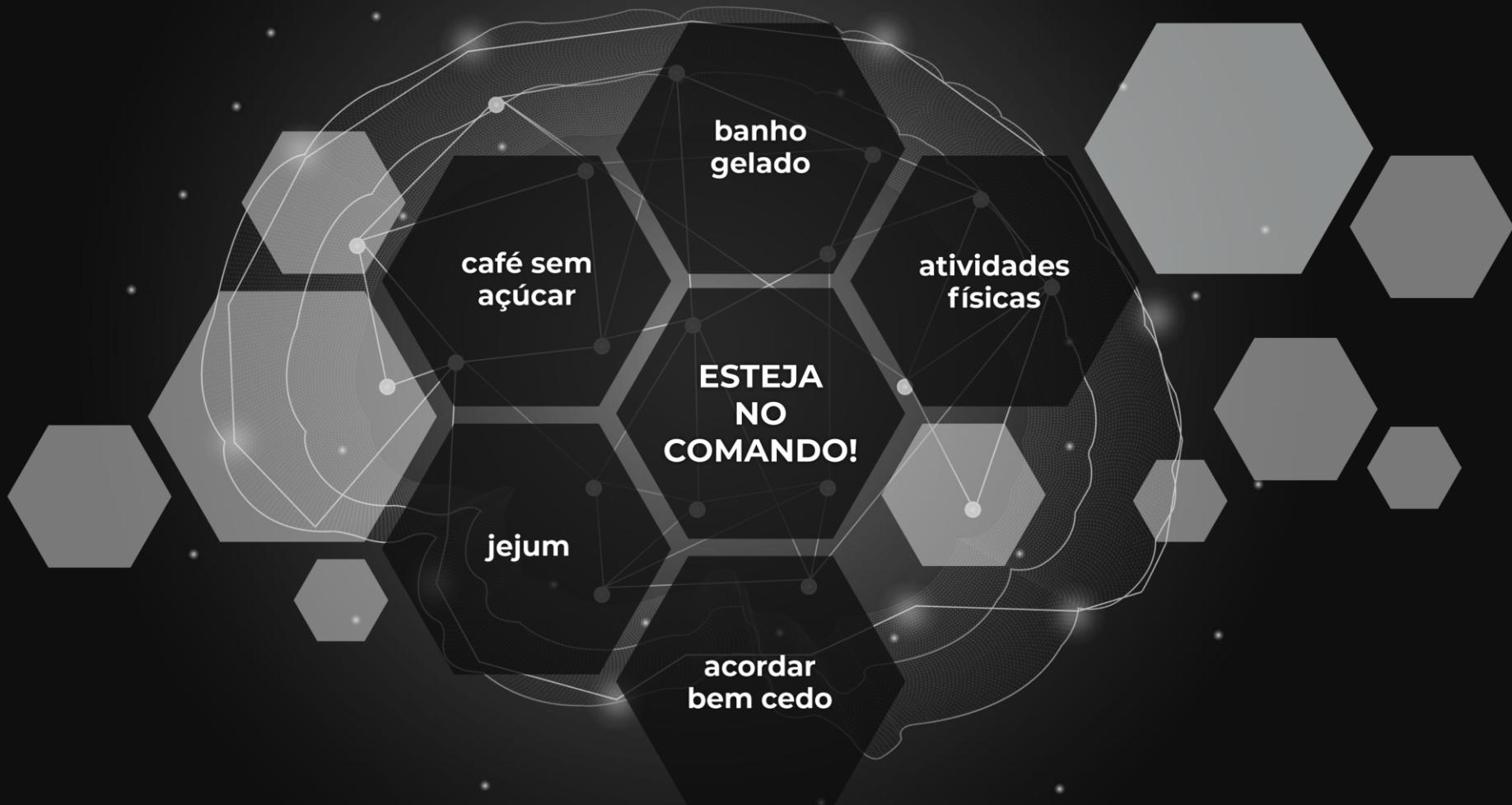


Você é um
reclamão?

Use o **elástico!**

Sua mente é **mimada!**

preguiçosa, procrastinadora, medrosa, teimosa e joga contra você!



LIDANDO COM AS ADVERSIDADES

TROPA
BRIZOLA

O ciclo do **SUCESSO**

consiste em **3 etapas** fundamentais



Não tente **pular etapas**!
Isso pode **custar caro** lá na frente.

Sobre problemas

1.

DEU **TRETA**?

sofre **rápido** e foque na **solução!!**

2.

UM DIA RUIM NÃO SIGNIFICA UMA **VIDA RUIM!**

dias difíceis fazem parte da caminhada!

3.

DIANTE DE UM PROBLEMA **SE PERGUNTE:**

daqui **5 anos**, isso **vai mudar algo** na minha vida!?

LIDANDO COM AS
ADVERSIDADES

TROPA
BRIZOLA

E se eu **depositasse**
R\$86.400 na sua conta?

Você costuma se **irritar com facilidade** ou por **coisas pequenas**?



A vida é um **presente**,
mesmo com todas as **adversidades**.

LIDANDO COM AS
ADVERSIDADES

A oração dos sábios



TROPA
BRIZOLA

LIDANDO COM AS ADVERSIDADES

TROPA
BRIZOLA

Jamais crie **expectativas**, ela anda lado a lado com a **decepção**, ainda mais quando essa expectativa está ligada a **outra pessoa**!!



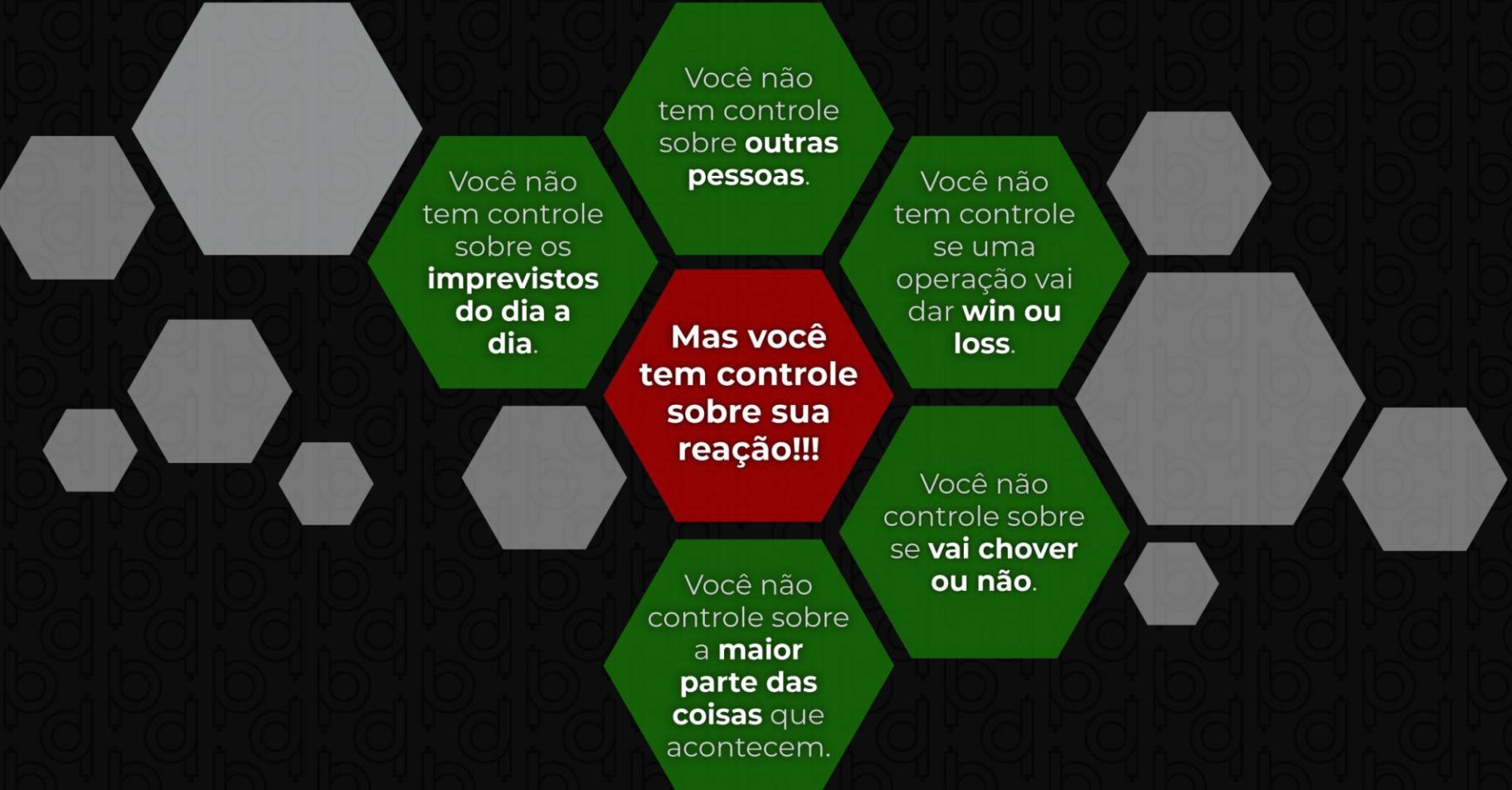
“Procuro me sentir feliz | Sabe por quê?
Porque eu não espero | Nada de ninguém
Expectativas | Sempre machucam”

viva a vida - felipe duran



LIDANDO COM AS ADVERSIDADES

Não tente **controlar** o **incontrolável**!!

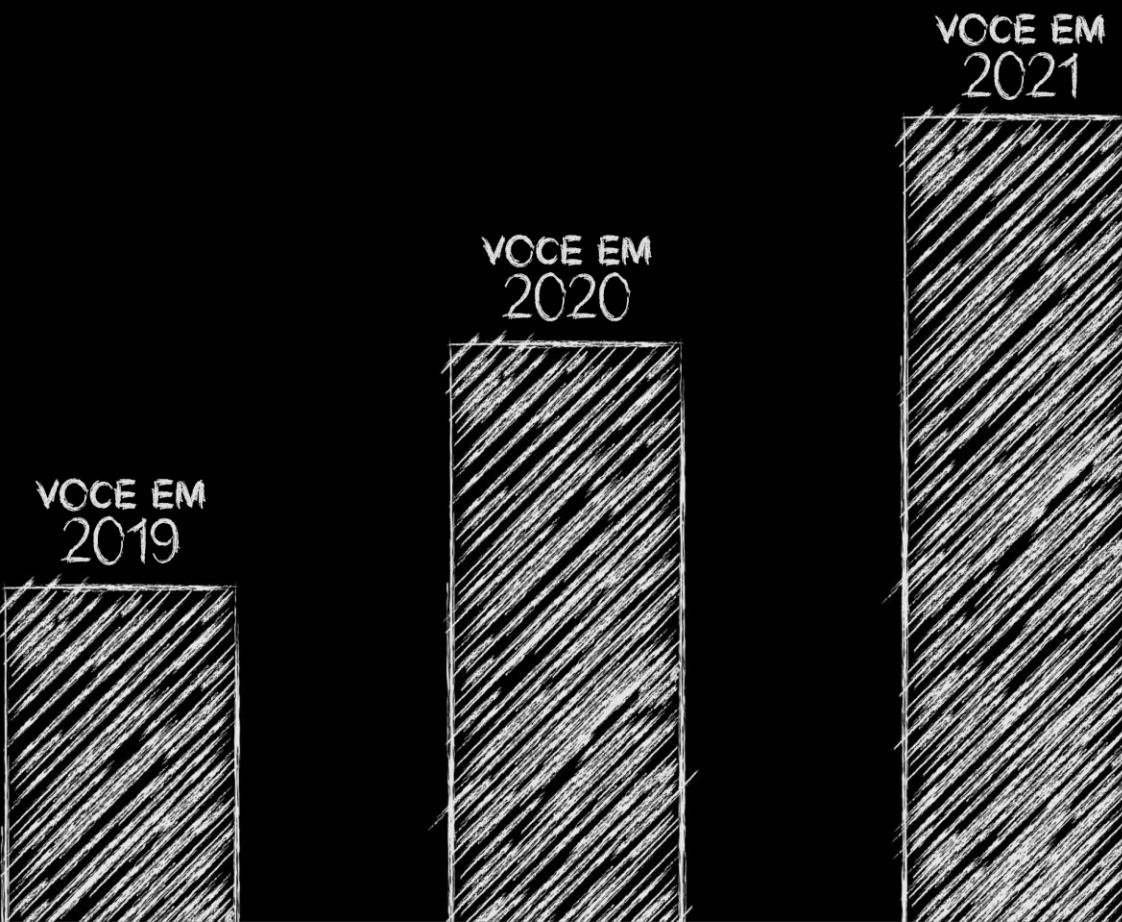


LIDANDO COM AS
ADVERSIDADES

TROPA
BRIZOLA

Jamais se compare com os **outros**!

Opte por se comparar **com você mesmo** de um ano atrás.



MENTE INABALÁVEL

TROPA
BRIZOLA



Mindset de **Bebê**

LIDANDO COM AS
ADVERSIDADES



TROPA
BRIZOLA

TENTA MAIS UM **POUQUINHO!**

Dieta de notícias

Gratidão



Felicidade



Energia



Resultados

Estímulo Ruim



Medo



Negatividade



Insegurança

Positividade não é um dom, é uma habilidade!



Os **conselheiros** invisíveis.

Escolha **4 ou 5 mentores**

Busque mentores em **diferentes assuntos** para evitar divergências

Conheça a fundo a forma de pensar de cada um deles



Antes de convocar uma reunião **tenha as perguntas em mente**

Seja sincero e **tenha a mente aberta** para ouvir as respostas

Se não for executar o que lhe vier na mente, **nem comece!**

Medindo sua inteligência emocional

busque sempre atualizações para o seu software



TROPA
BRIZOLA

JORNADA
10K