

## Consciência para agir

Silvia lidera o time de atendimento de uma agência de publicidade e percebeu que a irritabilidade é constante pelo fato dos conflitos que acontecem entre ela e sua equipe. Discordância sobre processos e modalidades de atendimento fazem parte do seu dia a dia.

De acordo com o que aprendemos nessa aula, desenvolver o controle emocional pode ajudar a Silvia melhorar sua relação de trabalho com a equipe.

Por controle emocional, é possível afirmar que:

*Selecione uma alternativa*

- A** Trata-se da capacidade que alguns indivíduos têm de compreender melhor os comportamentos dos outros.
- B** Silvia precisa levar em consideração os sentimentos da sua equipe para propor soluções.
- C** Silvia terá mais condições de agir de forma mais calculada e razoável, sem se deixar levar por impulsos e pensamentos ou influências negativas.
- D** Quanto más pueda controlar sus emociones, más fácilmente podrá pensar en nuevas ideas.