

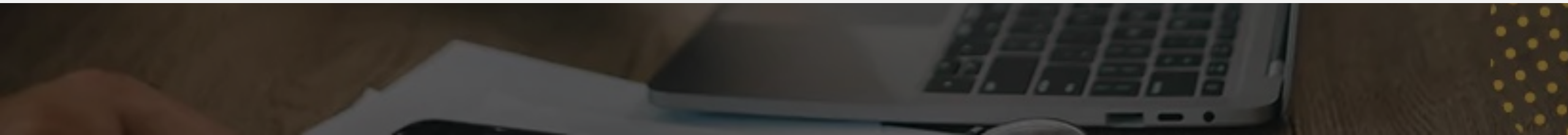


TRILHA LIFT

ENCONTRO 06



RETOMANDO ROTINA DO LÍDER



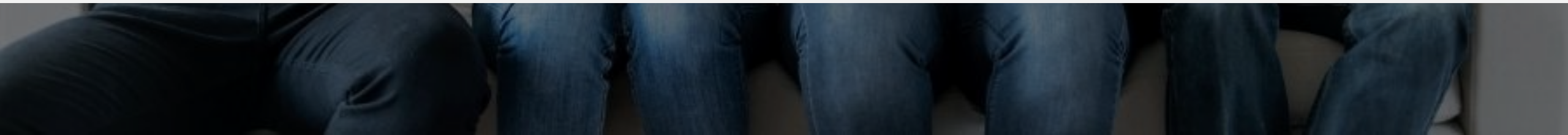


RETOMANDO GSE





ESTADOS INTERNOS



ESTADOS INTERNOS

NÍVEIS DE PERCEPÇÃO:



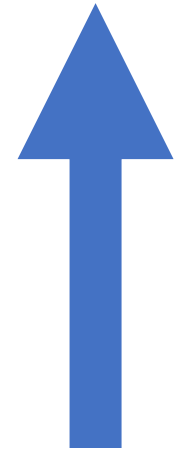
SENTIMENTOS

ESTADOS INTERNOS

EMOÇÕES

SENSAÇÕES

+ COMPLEXO



- COMPLEXO

ESTADOS INTERNOS

CONCEITO:

Estado interno é a soma de pensamentos, emoções, parte física e mental vivida em dado momento.

O QUE UM ESTADO INTERNO GERA:

Molda (define) a sua forma de pensar, ser e agir em determinado momento.



ESTADOS INTERNOS

CARACTERÍSTICAS:

- São variáveis;
- Não são bons ou ruins;
- Estados Internos devem estar alinhados com as emoções para que sejam ricos em recursos.

DIRIGIR

PENSAR

CONSCIÊNCIA



ESTADOS INTERNOS

EXEMPLOS DE ESTADOS RECURSO:

CONFIANTE

FOCADO

DETERMINADO

MOTIVADO

TRANQUILO

CRIATIVO

MATÉRIA PRIMA:

SONS/IMAGENS

SENSAÇÕES

LINGUAGEM

CORPO



ESTADOS INTERNOS

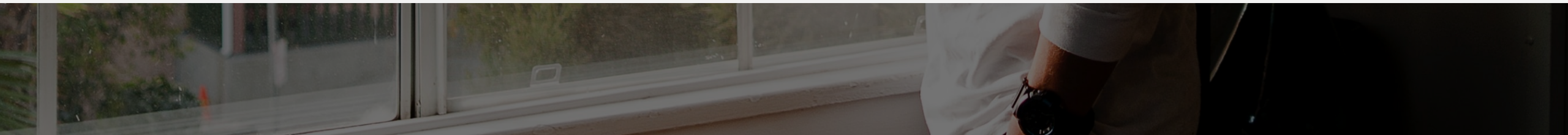
EXEMPLOS DE DESCRIÇÕES DE ESTADOS:



ESTADO INTERNO	DESCRIÇÃO PESSOAL
PAZ	Calma interior. Ritmo interno calmo. Disposição para avaliar cuidadosamente e fazer tudo passo a passo.
MOTIVAÇÃO	Disponibilidade para encarar situações difíceis e resolver dificuldades.
ALERTA	Processo de percepção voltado totalmente para fora. Ligação no ambiente externo. Canais sensoriais abertos.



JANELA DE JOHARI





JANELA DE JOHARI

CONCEITO:

- Criada em 1965 por Joseph e Harrington.
- Quando alteramos nossa autopercepção, alteramos nosso potencial.
- Boa parte do que está represado no nosso potencial faz parte do conteúdo não visível.
- Tudo aquilo que ainda não está sendo visto, ouvido ou sentido.

**EU
ABERTO**

**Eu sei e os outros
também sabem.**

**EU
FECHADO**

**Eu sei mas os outros
não sabem.**

**EU
OCULTO**

**Eu não sei e os outros
também não sabem.**

**EU
CEGO**

**Eu não sei mas os
outros sabem.**

POSITIVO

NEGATIVO



JANELA DE JOHARI

A MATRIZ:

EU ABERTO:

- **Que coisas sobre mim são pontos fortes/fracos, eu sei e os outros também sabem?**



JANELA DE JOHARI

A MATRIZ:

EU FECHADO:

- **Que coisas sobre mim são pontos fortes/fracos, só eu sei, mas poderia ser bom se os outros soubessem?**



JANELA DE JOHARI

A MATRIZ:

EU CEGO:

- **Que coisas sobre mim são pontos fortes/fracos, os outros sabem e eu não sei?**



JANELA DE JOHARI

A MATRIZ:

EU OCULTO:

- Que coisas sobre mim que poderiam ser pontos fortes/fracos, mas ainda não me disseram, eu ainda não sei, mas se minha intuição estivesse ligada eu escreveria agora?



META APRENDIZADO



META APRENDIZADO

1. **Listar tudo que vocês se lembram dos encontros.**
 - **Não consultem o material!**
 - **Conceitos, ferramentas, ideias, estratégias, táticas...**
 - **Usem os nomes e termos que vocês lembrarem, mesmo que não sejam exatamente os apresentados.**
 - **Tempo para atividade: 10 minutos**



META APRENDIZADO

2. Escolher os 03 temas mais relevantes.
 - Os temas devem representar o grupo.
 - Vocês definem os critérios de escolha.
 - Não vale votação.
 - Tempo para atividade: 10 minutos



META APRENDIZADO

- 3. Construa uma apresentação sobre os 03 elementos.**
 - **Pensem no conteúdo.**
 - **Pensem na estratégia.**
 - **Calculem o impacto da comunicação.**
 - **O objetivo é explicar os temas e os motivos práticos de cada um ter sido relevante para o grupo.**
 - **A apresentação terá 10 minutos.**
 - **Tempo para a atividade: 30 minutos.**



META APRENDIZADO

4. Apresentação.

- Sorteio dos grupos.
- Apresentações.
- Ao final, cada grupo receberá as perguntas dos outros colegas.
- Tempo para a atividade: 10 minutos.

5. Perguntas e respostas.

- Tempo da atividade: 10 minutos



TRILHA LIFT

ENCONTRO 06