

## Módulo 01 Coeficiente de Inteligência Positiva

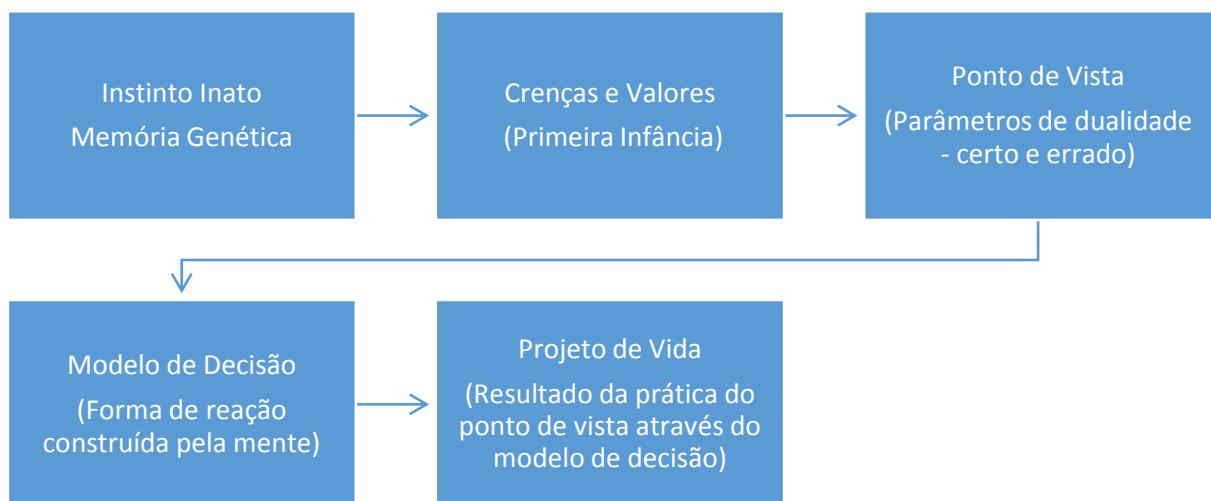
# DESAFIO 01

Neste módulo você compreendeu o quanto é importante reconhecer suas tendências emocionais, quais as memórias e emoções que fundamentam sua personalidade e consequentemente seu modelo de decisão.

O modelo de decisão (MD) é resultado das crenças e valores que são partes importantes do processo de aprendizagem humana.

Acompanhe o quadro abaixo:

### Processo de Aprendizagem Humana abordando aspectos Bio-Psico-Sociais



#### Desafio:

Através destas informações você deverá copiar a tabela modelo (abaixo) e preencher de acordo com os dados obtidos com o reconhecimento de suas tendências emocionais. Tente usar todos os “Sabotadores” que conseguiu evidenciar em seu perfil de personalidade.

OBS. Traga esta tabela para o próximo encontro.

| Sabotador | Origem<br>(experiências + emoções= memórias) | Impactos Negativos | Como este sabotador te auxilia no dia-a-dia? | Como melhorar o impacto destes comportamentos no seu Projeto de Vida? |
|-----------|--|--------------------|--|---|
|           |  |                    |  |   |

|   |   |                                  |  |   |
|---|---|----------------------------------|--|---|
| Hiper<br>Realizador<br><b>(exemplo)</b> | Uma pressão por parte da família para ser melhor que os irmãos. | Estresse demaisado, reatividade. | Me auxilia fazendo com que consiga aprender muita coisa de forma rápida. | Entende esta tendência poderei amenizar o estresse, sabendo que o comportamento competitivo excessivo não surgiu no momento atual, mas é fruto das experiências da minha infância, assim vou contextualiza-lo melhor. |
|---|---|----------------------------------|--|---|