

LIDERANÇA

carisma e competências



Altierrez dos Santos



O DESCONHECIDO LADO SOMBRA

PARTE IMPORTANTE
DO PROCESSO de
autoconhecimento é
tomar consciência de
nossas áreas de
sombra.





SABEMOS que a
liderança serena e
forte começa com o
equilíbrio interior.

POR ISSO visitamos os
erros, as forças e
fraquezas e as emoções
e sentimentos.



OBSERVAMOS as cinco
emoções básicas:

Raiva;

Medo;

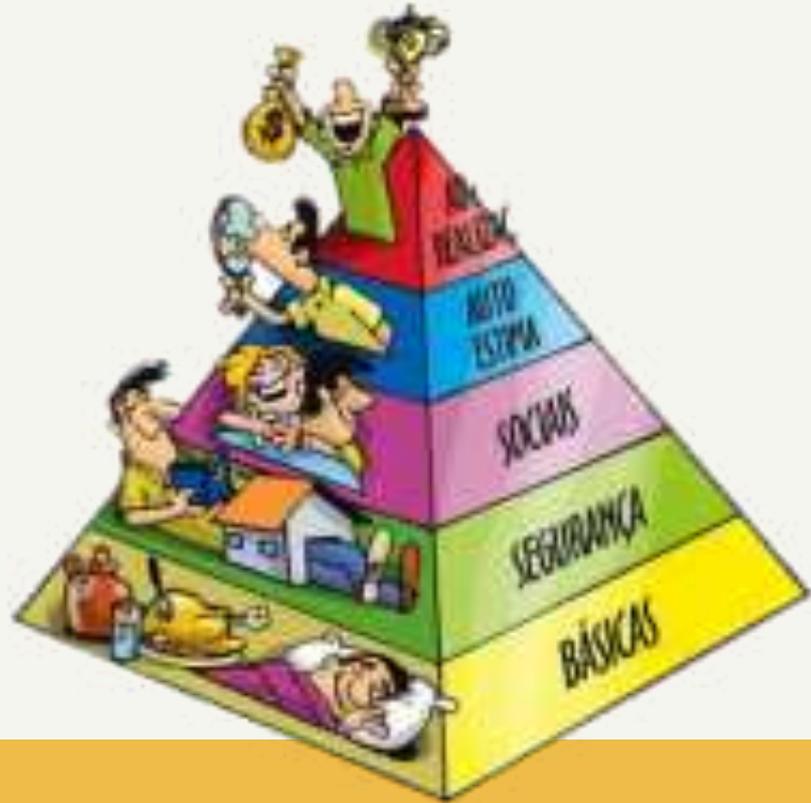
Tristeza;

Alegria e

Afeto



E OS CINCO desejos
básicos:
Reconhecimento;
Amor;
Elogio;
Liberdade e
Utilidade.



AINDA SOBRE OS

DESEJOS



OS DESEJOS FUNDAMENTAIS

O ser humano tem cinco desejos fundamentais que são os mais poderosos motivos para fazer agir: RECONHECIDO , AMADO , ELOGIADO , LIVRE e ÚTIL. Se estes desejos são atendidos, a pessoa encontra seu propósito de vida. Esses desejos ou necessidades fundamentais foram inicialmente agrupados na conhecida PIRÂMIDE DE MASLOW.

Auto-Realização

crescimento, autocontrole, independência, desafios

Estima

auto-estima, confiança, respeito dos outros

Sociais

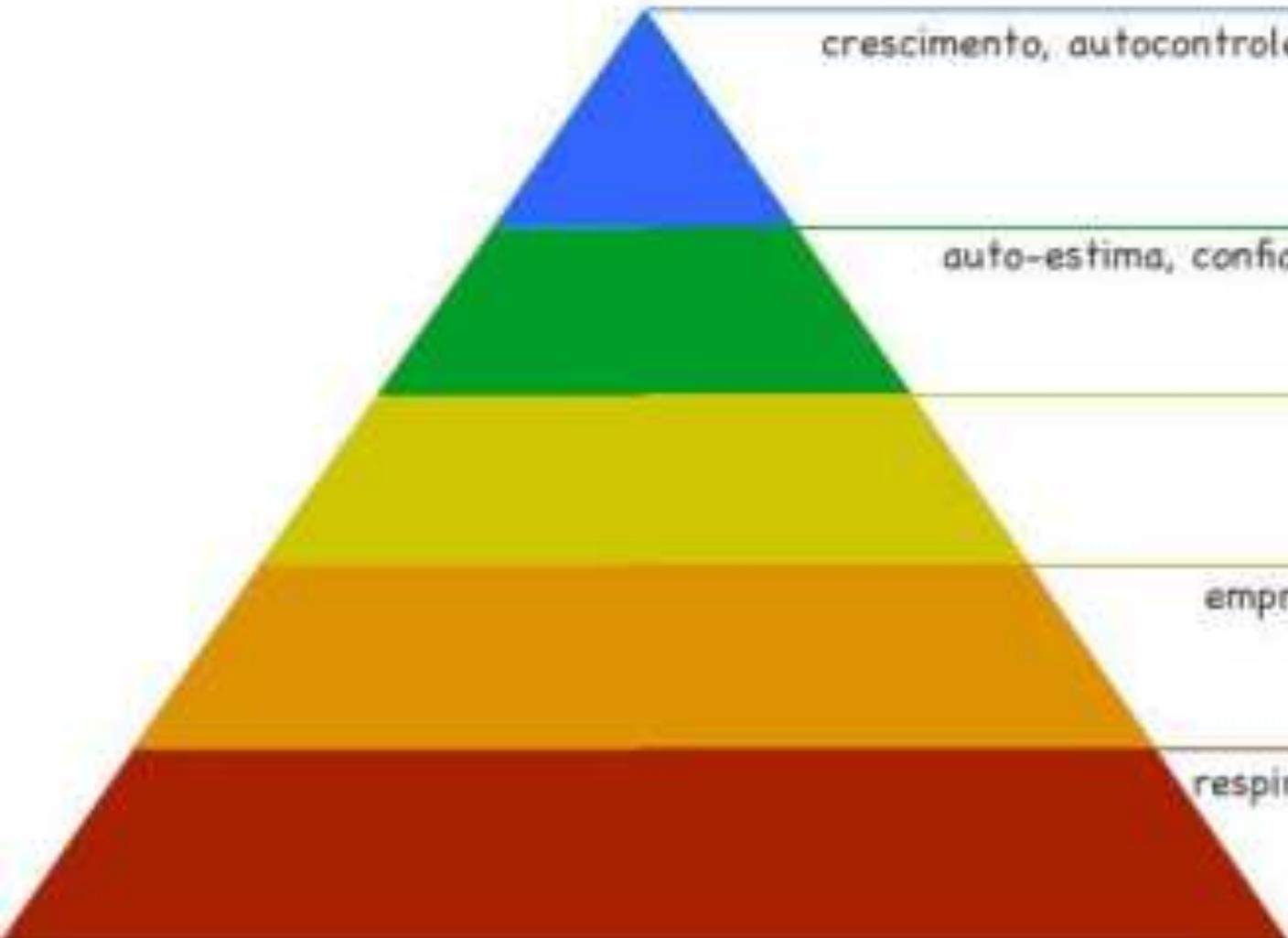
família, amizades, amor

de Segurança

empregos, saúde, propriedade

Fisiológicas

respirar, comer, beber, dormir





CONTUDO os desejos
nem sempre são
claros para todas as
pessoas devido a
inúmeras situações.

MUITOS DESEJOS são
despedaçados e outros
são *escondidos*. Há até
listas dos desejos mais
comuns às pessoas do
nosso tempo:





Ser rica (o)

Estar com os vencedores

Estar em segurança

Ganhar sem esforço

Ser saudável

Ser admirada(o)

Sentir-se atraente

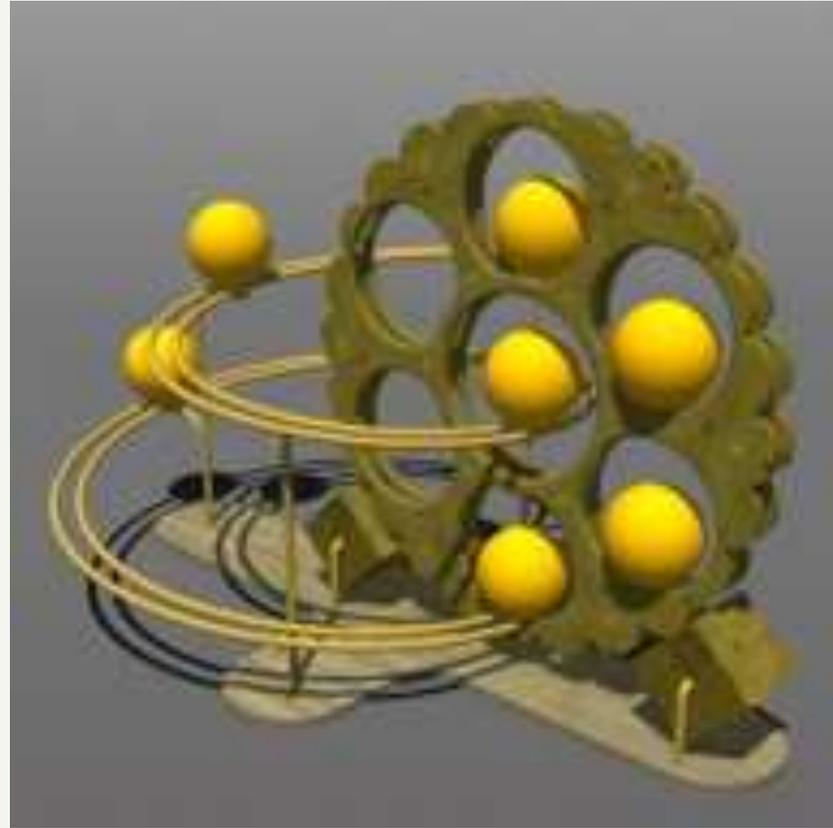
Ser autoconfiante

Ter paz interior

Divertir-se



OS DESEJOS NÃO SÃO
acessórios sem importância.
Eles podem ser **motores**
poderosos ou **freios**
resistentes na jornada da
vida. **Observe:**



DESEJO
I. Eu quero ser

OPOSIÇÃO AO DESEJO
II. Eu não quero ser

A
CONSTÂNCIA
Sempre serei

Sua
ESSÊNCIA

Seu
LIMITE

B
POTENCIAL
Posso ser

Seu
SONHO

Sua
FRAGILIDADE

C
DETERMINAÇÃO
Nunca serei

Sua
FRUSTRAÇÃO

Sua
OPINIÃO

**AO LADO DOS
DESEJOS**

**estão outros
aspectos que
podem ser
paralisantes ou
estimulantes: os
MEDOS.**





MEDOS



...

O QUE É O MEDO?

É o receio ou a apreensão que temos de que aconteça algo contrário àquilo que desejamos. O medo é uma emoção que se caracteriza por um intenso sentimento habitualmente desagradável, provocado pela percepção de um perigo, seja ele presente ou futuro, real ou fictício. É a aversão natural à ameaça.



**Agora imagine que
você possa trancar em
um cofre de chumbo
no fundo do mar**

DEZ
temores

**Pense a respeito dos
dez medos que você
gostaria de remover
completamente de
tua vida.**

É ALGO FÁCIL?

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____
- 7 _____
- 8 _____
- 9 _____
- 10 _____



da morte;





**de perder
alguém;**





**sofrer
violência física
ou emocional;**





fracassar;



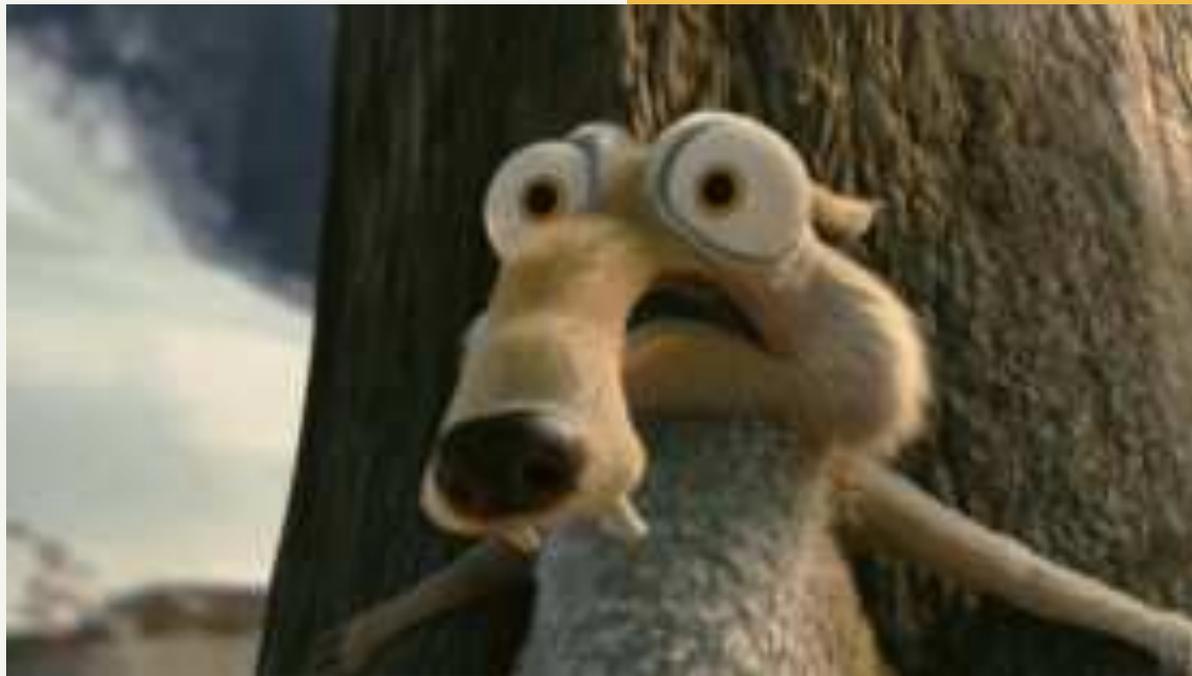


**falar em
público;**



...

**expor
pontos de
vista;**





expor-se;





**apresentar
soluções;**





**receber
críticas;**





destacar-se.



...



**POR QUE É
importante falar
sobre emoções,
sentimentos,
medos e
desejos?**

PORQUE ELES são parte essencial da formação da personalidade e da identidade, ou seja, quem somos e como nos revelamos.



Assim chegamos ao

LADO

SOMBRA



O que é o “lado sombra”?



É O “LADO SOMBRIO” de nossa personalidade. É uma dimensão perturbada da nossa existência que reúne, esconde, prende e liberta os **sentimentos mais primitivos**, os **egoísmos mais declarados**, os **instintos mais reprimidos** que cada um de nós possui.

A **SOMBRA** é tudo o que foi negado, reprimido ou é desconhecido pela pessoa.

Em geral essas experiências ficam **recalcadas** no **inconsciente**.



SÃO PARTES DE NÓS MESMOS
que rejeitamos e queremos
manter escondidas dos outros
e de nós. O lado sombra é
formado pelas emoções,
sentimentos, desejos e medos
que não admitimos
conscientemente.





**O CONCEITO foi criado por
Carl Jung, que enfatizou
que o lado sombra, é a
parte do inconsciente que
desprezamos,
escondemos ou
rejeitamos.**



“Ninguém se ilumina imaginando figuras de luz, mas se conscientizando da escuridão”. (Carl Jung).



A maior parte das
pessoas não tem
consciência desse lado
e escondem as
fragilidades, não
apenas dos outros, mas
de SI
mesmas



**É o lado sombrio da personalidade; o que
desejaríamos não ser.**

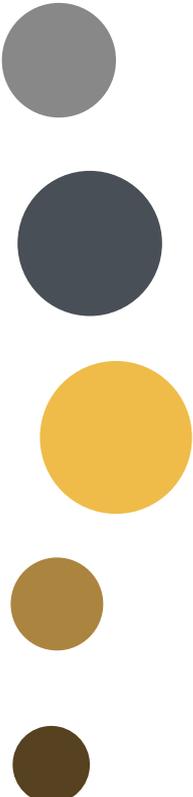
Como identificar atitudes vindas do

LADO

SOMBRA?



NEGAÇÃO SIMULADA



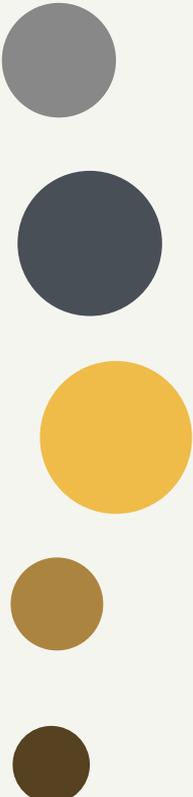
quando uma pessoa nega algo em público e pratica **escondido**. Exemplo: o compulsivo...

IDENTIDADE INVERTIDA



quando a pessoa assume um personagem em público e não aceita que ela é o **oposto daquilo**.
Exemplo: o “machão”...

PROJEÇÃO DE PERSONALIDADE



quando “joga” para os outros características negativas que **são suas** e as cobra por isso.
Exemplo: o covarde.



É COMUM que pessoas consideradas “difíceis” projetem nos outros sua área sombria. Isso ocorre por meio de críticas, condenações e uma convivência perturbada ou tóxica. Trata-se de uma tentativa de disfarce.

MAS ISSO acontece com
pessoas consideradas
“equilibradas” também...
JUNG identificou duas
formas: os comportamentos
automáticos e os “sem
lógica”...



NA FORMA AUTOMÁTICA
(ou positiva), a pessoa
fica hipersensível,
facilmente apaixonada,
possessiva, obcecada,
excessivamente atraída
por algo ou alguém.



NA FORMA “SEM LÓGICA”
(ou negativa), ocorrem
reações vingativas,
agressivas, invejosas,
mesquinhas, raivosas
ou reativas.





TEMOS DIFICULDADE

**em perceber em
nós devido ao
contraste entre a
AUTOIMAGEM e a
HETEROIMAGEM.**

como surge o

LADO

SOMBRA?





EM GERAL ele começa
a se formar na
infância quando
assimilamos as
experiências ao
nosso redor.



GERALMENTE forma-se a partir de situações de crítica, punição, exposição ou vergonha sobre alguma forma de ser ou agir.

COM ISSO opera-se um “deslocamento” de personalidade, que se endurece para sobreviver emocionalmente. As questões deslocadas para a sombra permanecem imaturas e são ampliadas.



**A SOMBRA age
conforme foi
obrigada: permanece
camuflada, mas
presente, escondida
e enganando...**

...
pense

RÁPIDO

E RESPONDA...

•••

**QUAIS TEM sido
tuas reações
diante das
situações que
lhe incomodam
na área pessoal
e profissional?**



•••

**QUANDO ESTÁ em grupo,
como você reage se
alguém diz que
conseguiu sucesso?
Comemora com ele mas
ao mesmo tempo sente
inveja, ciúmes, raiva?**

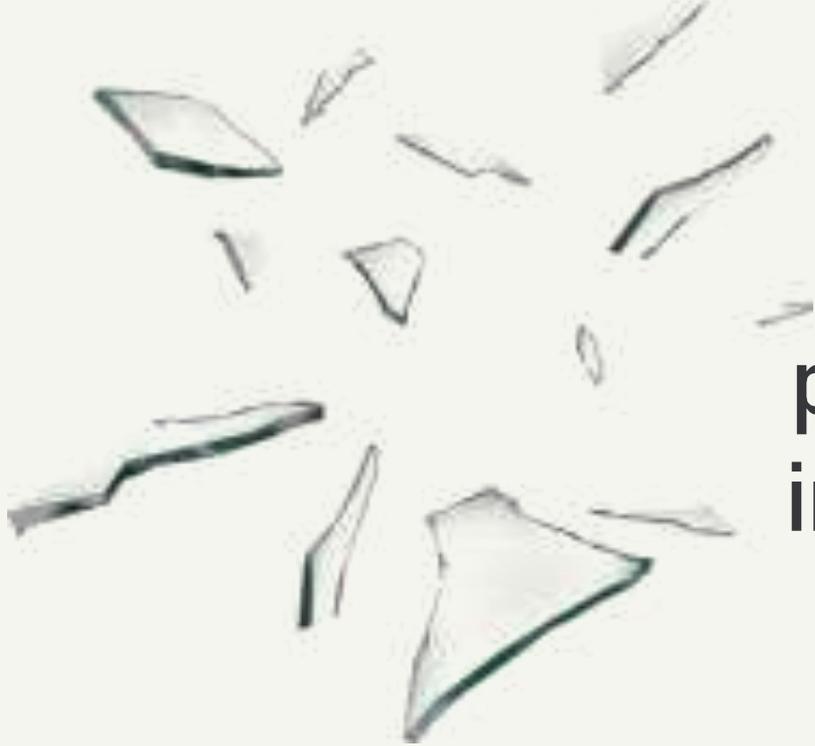


quanto

DESGASTE

...O LADO SOMBRIO TRAZ?

OS ESTRAGOS são difíceis de calcular, mas fáceis de serem percebidos. Na vida pessoal, familiar, profissional, comunitária há impactos que recebemos ou que podemos causar.





É **PRECISO** muita energia
para esconder
constantemente de nós
mesmos os nossos
aspectos indesejáveis.
Manter a área de sombras
requer um **grande esforço.**

RECONHECER as áreas
sombrias evita os
efeitos colaterais e
organiza vários
componentes da
nossa **personalidade.**



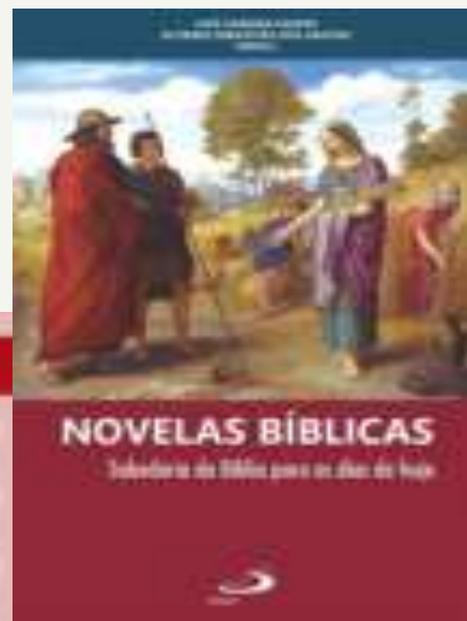
...

Gratidão



*Estou no meio de vós
como aquele que serve.
Lc 22,27*

AltierrezDosSantos.com







NNN nnn

ANÁLISE SWOT PESSOAL

ANÁLISE INTERNA

FATORES POSITIVOS

Força <

O que você faz bem?

FATORES NEGATIVOS

Fraqueza <

O que você pode
melhorar?



ANÁLISE EXTERNA

Oportunidade <

O que você pode fazer
para amenizar as
fraquezas?

Ameaça <

O que pode te
prejudicar?



Para
aprofundar
a reflexão:

A CARTA DE ARREPENDIMENTO

GRATIDÃO

...



Continue comigo!

AltierrezDosSantos.com



...

des

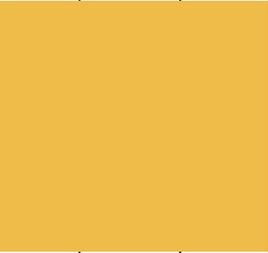
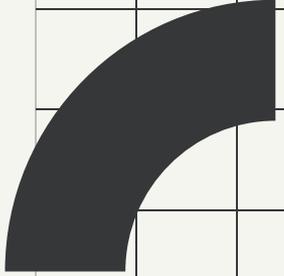
ENVOLVIMENTO

uma palavra que diz muito

...

Portanto, o
autoconhecimento é o ponto
de partida para as mais
importantes

**CON
QUISTAS**



**Quem se
apresenta na
missão de liderar,
ARRISCA-SE**

Ser uma liderança positiva e construtiva dá quase o mesmo trabalho que ser uma liderança apagada. A diferença está somente no foco da energia gasta. A liderança construtiva irá gastar sua energia na formação e animação de comunidades. A liderança apagada irá gastar nas lamentações e reparos.

Ser uma liderança positiva e construtiva dá quase o mesmo trabalho que ser uma liderança apagada. A diferença está somente no foco da energia gasta. A liderança construtiva irá gastar sua energia na formação e animação de comunidades. A liderança apagada irá gastar nas lamentações e reparos.



nnnn

Write Your Topic or Idea



Add a main point
**Elaborate on what you
want to discuss.**



Add a main point
**Elaborate on what you
want to discuss.**



Add a main point
**Elaborate on what you
want to discuss.**



123,456,78

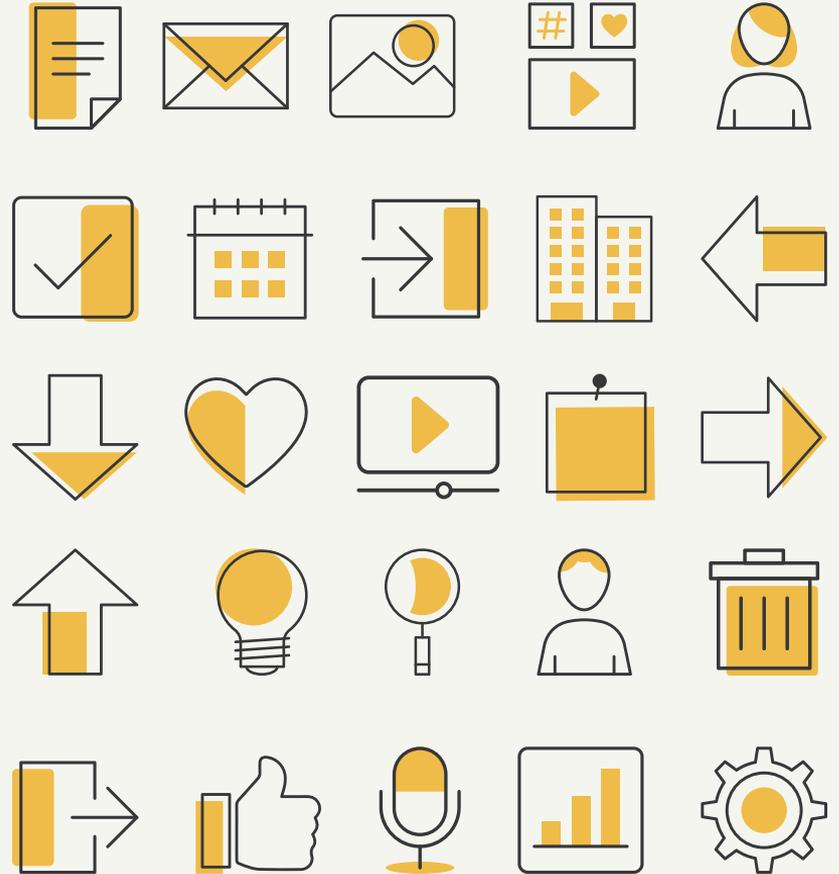
Elaborate on the featured statistic.

9



Resource page

Use these icons and illustrations
in your Canva Presentation.
Happy designing! Don't forget to
delete this page before
presenting.



Write your topic or idea



Add a main point

Elaborate on what you want to discuss.

Add a main point

Elaborate on what you want to discuss.

Add a main point

Elaborate on what you want to discuss.

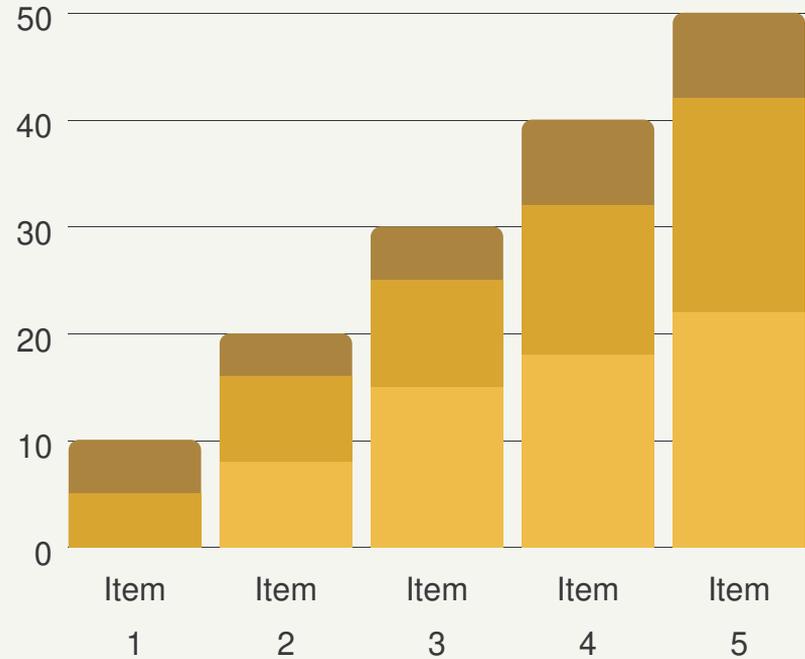
Add a main point

Elaborate on what you want to discuss.



Write Your Topic or Idea

Elaborate on what you want to discuss.





S

STRENGTHS

What are you doing well? What sets you apart? What are your good qualities?

W

WEAKNESSES

Where do you need to improve? Are resources adequate? What do others do better than you?

O

OPPORTUNITIES

S
What are your goals? Are demands shifting? How can it be improved?

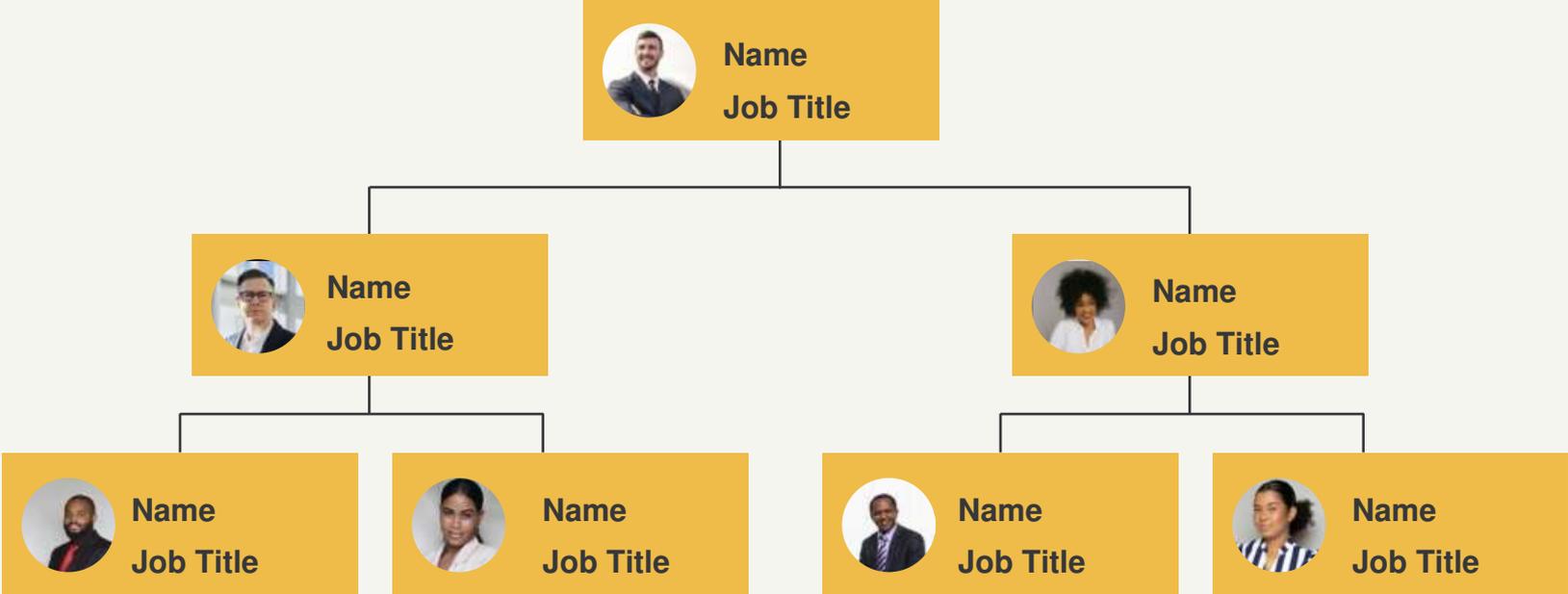
T

THREATS

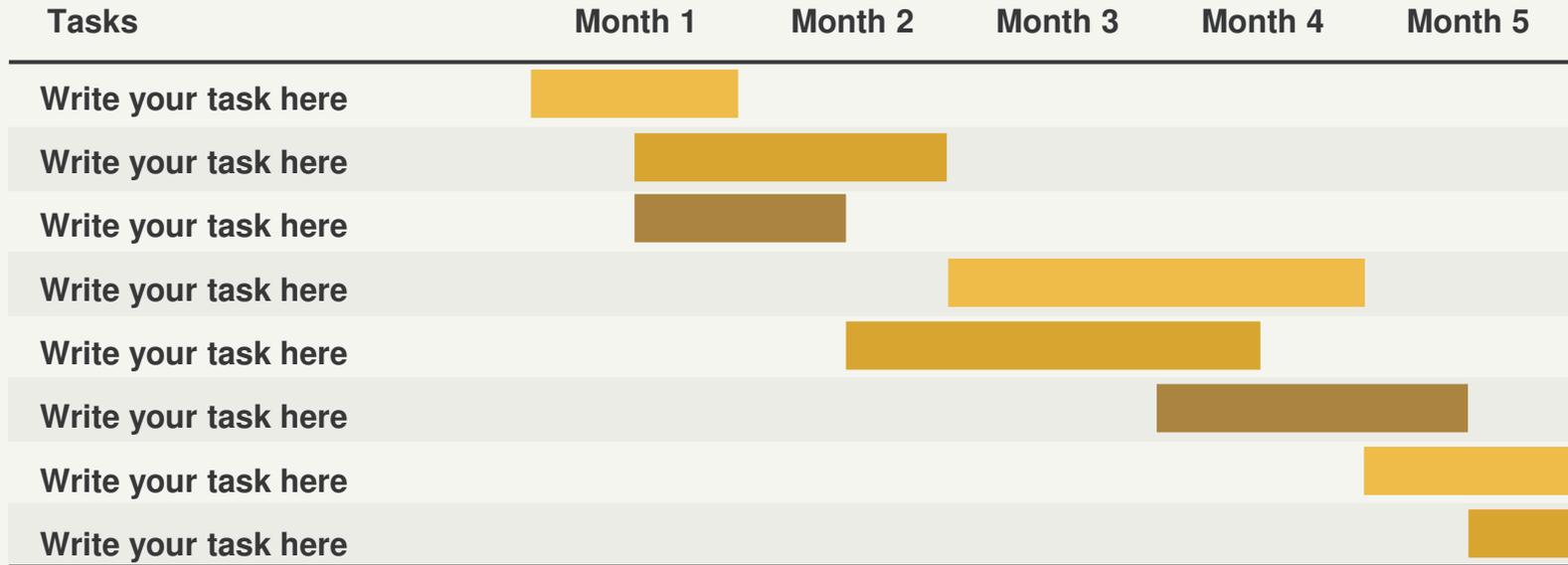
What are the blockers you're facing? What are factors outside of your control?



Add a Chart Page



Add a Gantt Chart Page



Credits



Special thanks to all the people who made and released these awesome resources for free:

- Presentation template by [SlidesCarnival](#)
- Photographs by [Pexels](#)

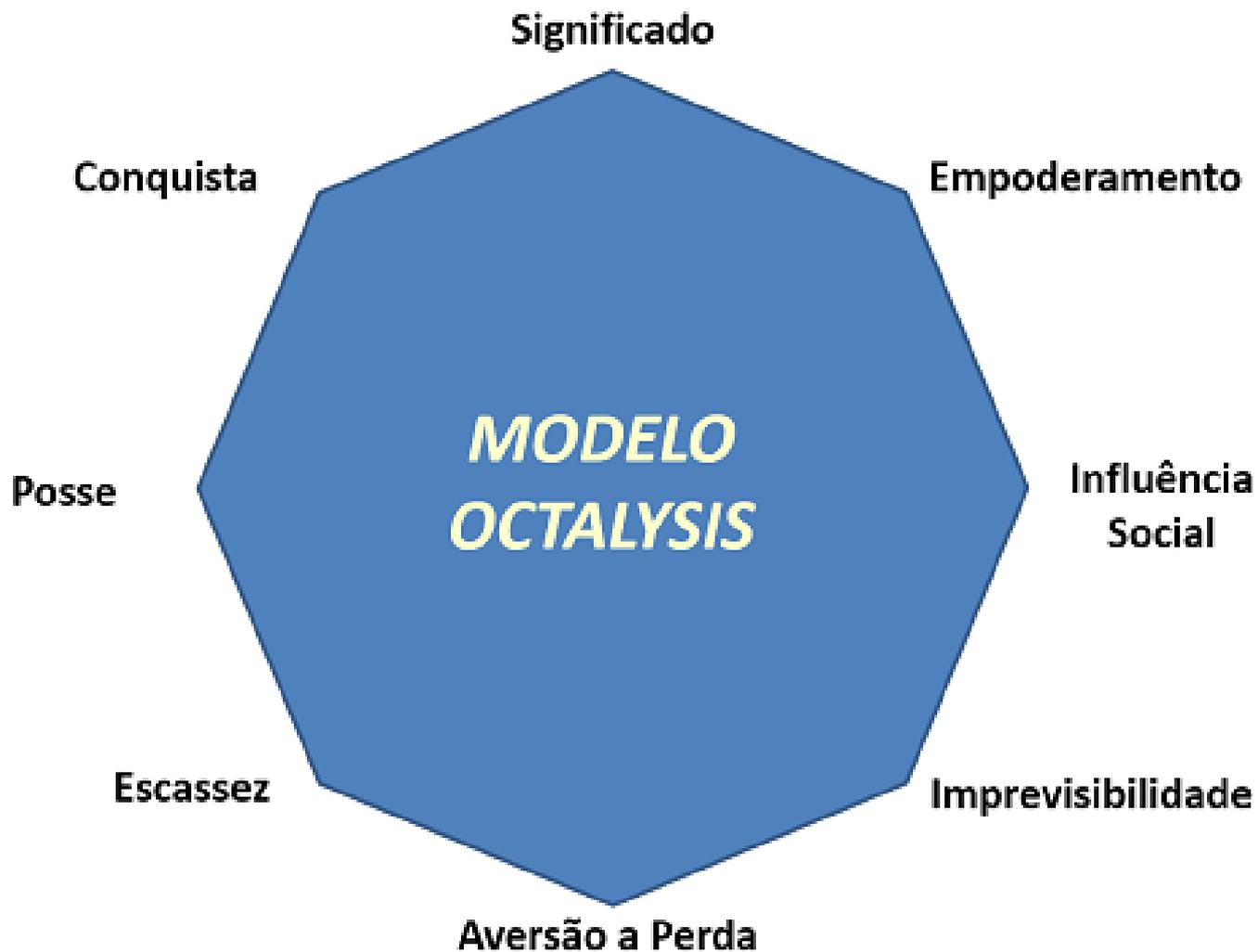
Competitor Matrix

HIGH VALUE 2



LOW VALUE 2

2 VISÃO E COMPETÊNCIAS



Portas de Status;
Empreitas (Conquistas);
Recompensas de Ações;
Piaças

Barra de progresso;
Lista de missões;
Tela map;
Compasso;
Estado de Aare;
Tabela do passo a passo;
Lutas com chefes.

Narrativas;
Cinemas;
Herd de Personalidade;
Condição Personalidade

Sorte de personagem;
Armaço grátis;
Criação exclusiva;
Oficinas

Geolôquia Marinho;
Controle em tempo real;
Combos em cadeia;
Feedback instantâneo;
Aprimoramentos;
Prevenção Lojarias;
Seleção de pratos (exclusivos);
Seleção de itens (percepção);
Ação repetitiva;



Portas locais;
Bons Vídeos;
Construir de zero;
Efeito Altruí (personalização);
Colecionador de conteúdos;
Jantar pessoal agenci;
Proteção de eggs;
Mascotes

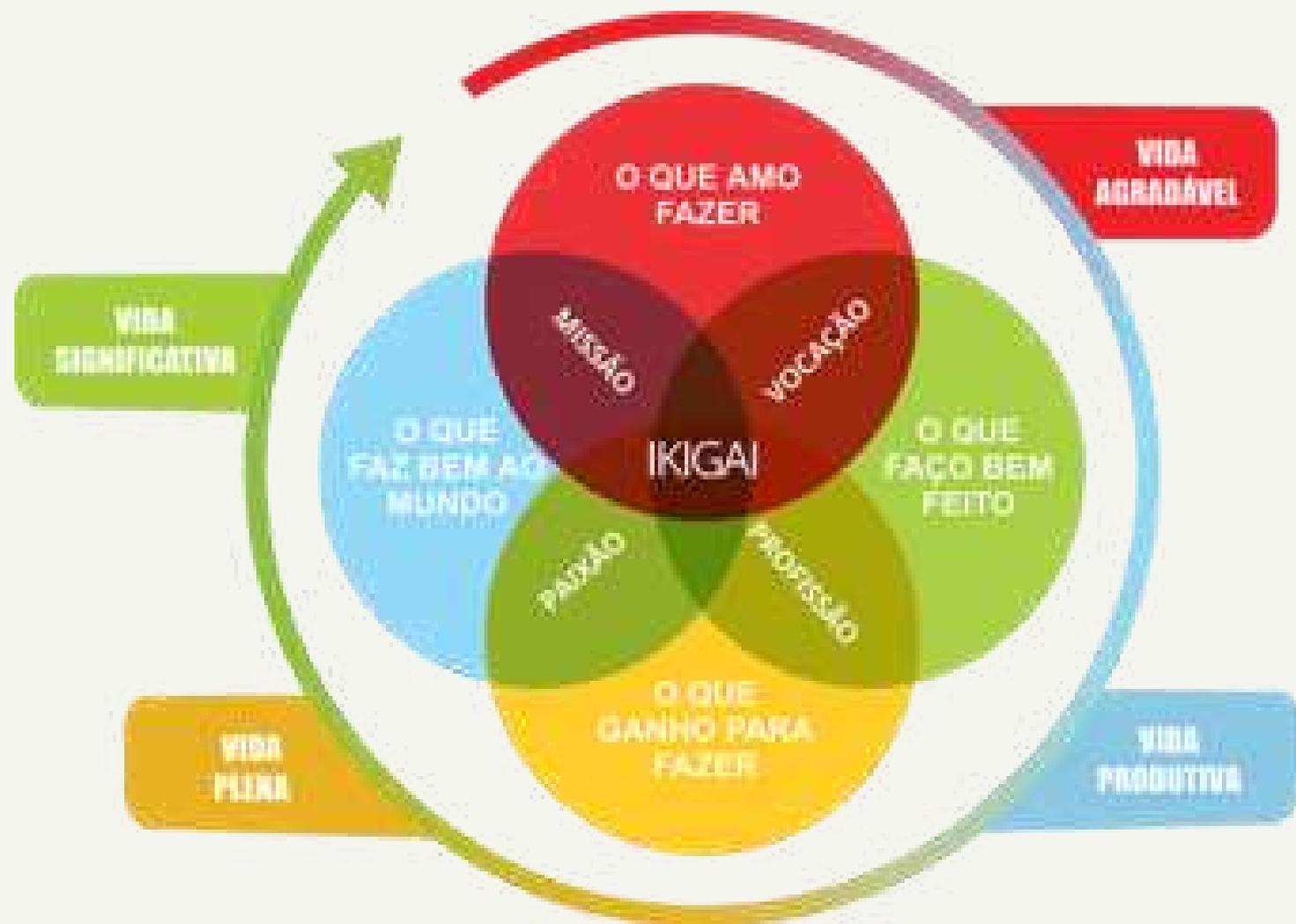
Fazer amigos;
Território (presença social);
Razionalidade;
Missões repetitivas;
Problemas de inimigo;
Bônus de "se ganhar";
Piaças para vender;
Assuntos de combatividade;
Ter um mentor;
Socialização rápida;

Dinâmicas nomeadas (tempo);
Tempos Magnéticos;
Personalidade (dependente);
Prêmio em partes;
Missão Final;
Missão Mito;
Cronômetro;
Piaças fortificadas;
Focos;
Conteúdo gamificado;

Prêmio do "perder tudo";
Perder tudo o progresso;
Legítima Herança;
Quantidade Dinheiro

Mão amarrada;
Ser "o perdedor";
Imagem de "vilão";
Mito de não ganhar

Exclusivo brilhante;
Missões;
Shiny/strong visual;
Early eggs (diferença);
Recompensas Aleatórias;
Recompensas de giro;
Estratégia evolutiva;
Recompensas repetitivas;
Efeito de Débito;



3 COMUNICAÇÃO INTERPESSOAL

4 CAPACIDADE DE APRENDER E PRÁTICA PERSISTENTE



ANÁLISE SWOT

A análise das nossas forças e fraquezas, oportunidades e ameaças deve ser utilizada na construção de uma meta, projeto e organização pessoal para preencher as lacunas identificadas. Isso trará muito bem e felicidade. Isso é capacidade de aprender.

FORÇAS

Blue is the colour of the clear sky and the deep sea

F

FRAQUEZAS

Yellow is the color of gold, butter and ripe lemons

F

O

Black is the color of ebony and of outer space

OPORTUNIDADES

A

White is the color of milk and fresh snow

AMAEÇAS

DEDICAÇÃO LEALDADE/ENVIO



LINHA DA VIDA

os fatos mais significativos de tua incrível jornada

Blue is the colour of the clear sky and the deep sea

Red is the colour of danger and courage

Black is the color of ebony and of outer space

Yellow is the color of gold, butter and ripe lemons

White is the color of milk and fresh snow

Blue is the colour of the clear sky and the deep sea

JAN

FEV

MAR

ABR

MAI

JUN

JUL

AGO

SET

OUT

NOV

DEZ

Yellow is the color of gold, butter and ripe lemons

White is the color of milk and fresh snow

Blue is the colour of the clear sky and the deep sea

Red is the colour of danger and courage

Black is the color of ebony and of outer space

Yellow is the color of gold, butter and ripe lemons

MAPA DA VIDA

como você se tornou quem é hoje,
contornando, superando e conquistando

Blue is the colour of the
clear sky and the deep
sea

1

Red is the colour of
danger and courage

3

Black is the color of
ebony and of outer
space

5

Yellow is the color of
gold, butter and ripe
lemons

2

White is the color of milk
and fresh snow

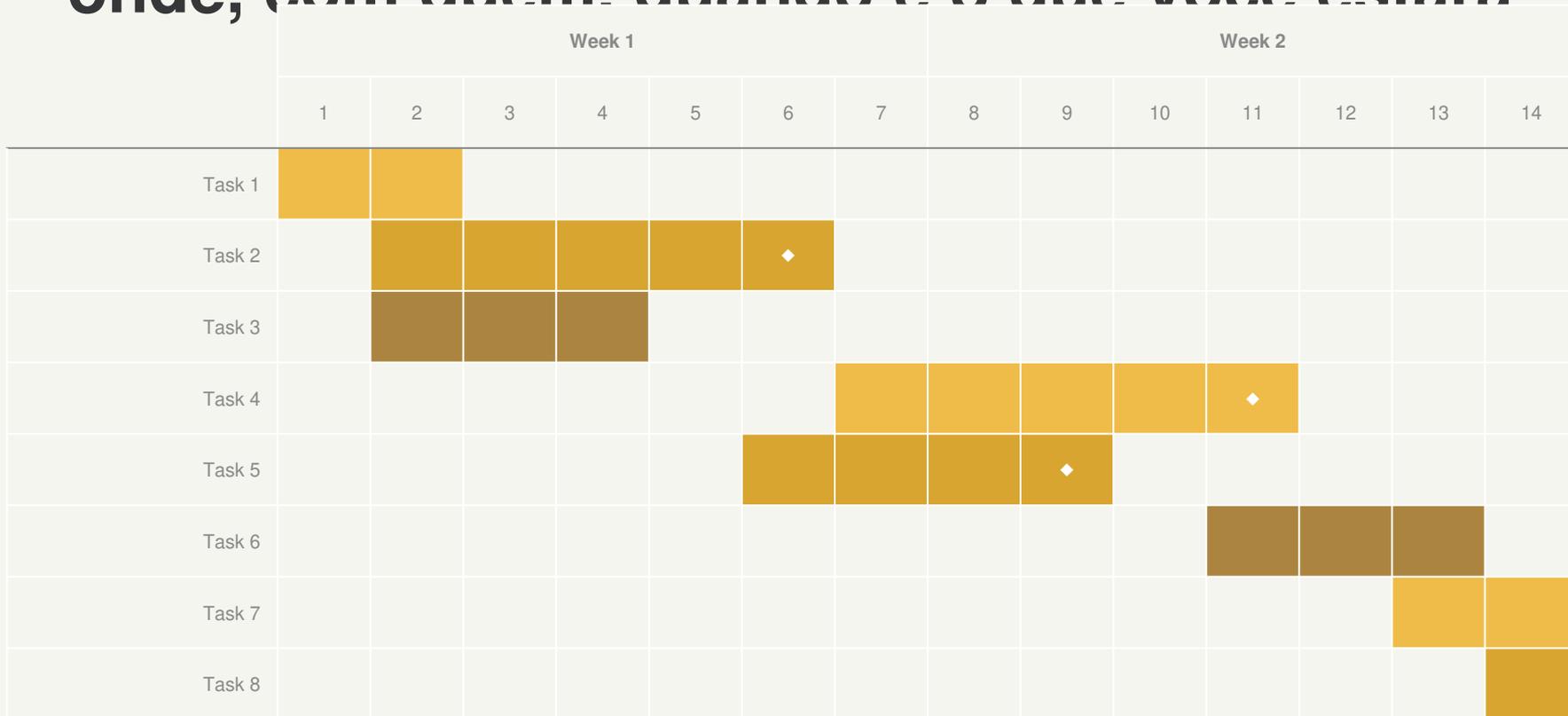
4

Blue is the colour of the
clear sky and the deep
sea

6

CRONOLOGIA FUTURA

onde, com quem, quando e o quê você estará



Este curso tem dois focos

1

O PRIMEIRO

**no seu
desenvolvimento
o pessoal**

2

O SEGUNDO

**na sua
capacidade de
liderar**



ERROS



COMUNS DOS LÍDERES

- NÃO SABER
FAZER CRÍTICAS

- NÃO ACEITAR
MUDANÇAS

- NÃO SABER O
OFÍCIO

- NÃO ACEITAR
CRÍTICAS

- NÃO ADMITIR
ERROS

- NÃO CORRER
RISCOS

- NÃO ADMINISTRAR
CONFLITOS

- NÃO LEVAR AS
EMOÇÕES EM CONTA

- NÃO DEIXAR OS
OUTROS CORRER
RISCOS

APENAS PARA OBSERVAR,
tente olhar com atenção para
ALGUNS ASPECTOS de sua vida
para entender como as
pontas soltas podem estar
muito emaranhadas.



ANÁLISE SWOT PESSOAL

ANÁLISE INTERNA

ANÁLISE EXTERNA

FATORES POSITIVOS

Força <

O que você faz bem?

Oportunidade <

O que você pode fazer
para amenizar as
fraquezas?

FATORES NEGATIVOS

Fraqueza <

O que você pode
melhorar?

Ameaça <

O que pode te
prejudicar?

EM GERAL

**situações muito simples
como esta nem sempre estão
“claras como água” para nós
mesmos.**

***Voltaremos a este exercício
ao fim desta aula.***





PONTAS

SÓLTAS E EMARANHADAS

Já houve algum momento
de tua vida em que
percebeu que seria MAIS
FELIZ se possuísse
algumas habilidades
internas mais
desenvolvidas?



É PRECISO entrar no campo das emoções e dos sentimentos, que estão na base dos processos de autoconhecimento de cada um de nós.



ALEGRIA



Surge a partir de **CONQUISTAS**. Quanto maior o significado da conquista, maior a alegria sentida. A ausência ou impossibilidade dessa emoção gera estados de **sofrimento psíquico**.

AFETO



Advém da **CONEXÃO** com as outras pessoas e está ligado à proximidade física, emocional e psicológica. Sua ausência torna a pessoa **embotada**, retraída e profundamente insegura.

INTERLIGANDO

TODAS ESSAS questões,
interligando e ao mesmo
tempo dividindo-as,
estão os DESEJOS e os
MEDOS.



O QUE É O DESEJO?

é a vontade de cumprir uma vontade. Eles podem ser conscientes ou inconscientes. E ainda podem ser reprimidos ou livres. As causas dos desejos são infinitas, pois as carências humanas são incontáveis.





Imagine que você
encontrou o gênio da
lâmpada mágica e ele
lhe concedeu
DEZ
desejos

**Complete, em ordem
de prioridade, os dez
desejos que você
gostaria de realizar
em sua vida.
*É ALGO FÁCIL?***

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____
- 7 _____
- 8 _____
- 9 _____
- 10 _____

GRATIDÃO ...

Continue comigo!