

SAIBA COMO GERIR OS CONFLITOS NO AMBIENTE ESCOLAR

ME SEGUE NO INSTAGRAM @leila.pryjma

Siga nossas Redes Sociais



Shawn Achor
Autor do best-seller *O jeito Harvard de ser feliz*

POR
TRÁS
DA

felicidade

Aprenda a enxergar uma realidade positiva e seja mais feliz e bem-sucedido

Benvirá

PRIMEIRO LUGAR NA LISTA DO NEW YORK TIMES

BRENÉ BROWN

AUTORA DE
A CORAGEM DE SER IMPERFEITO


A CORAGEM
para
LIDERAR

TRABALHO DURO, CONVERSAS DIFÍCEIS,
CORAÇÕES PLENOS

ESSENCIAIS BESTSELLER

A QUINTA DISCIPLINA
A ARTE E A PRÁTICA DA ORGANIZAÇÃO QUE APRENDE

Peter M. Senge

- 
- PROFESSORES DAS MELHORES UNIVERSIDADES DO MUNDO;
 - Trabalham desde da Fundação Gates à Shell;
 - Assessoram as 100 melhores empresas do mundo segundo a revista FORBES;
 - Administradores do Vale do Silício contratam e discutem suas ideias;
 - Companhias da lista das 50 maiores da FORTUNE todas os utilizam.



- “Nenhuma outra habilidade é mais importante para a efetividade organizacional que uma gerência construtiva e a resolução de conflito”

CONFLITO

- É o processo que começa quando uma parte percebe que a outra parte frustrou ou vai frustrar seus interesses.
- Conflito ocorre quando ideias ou sentimentos discordantes são expressos ou experimentados .



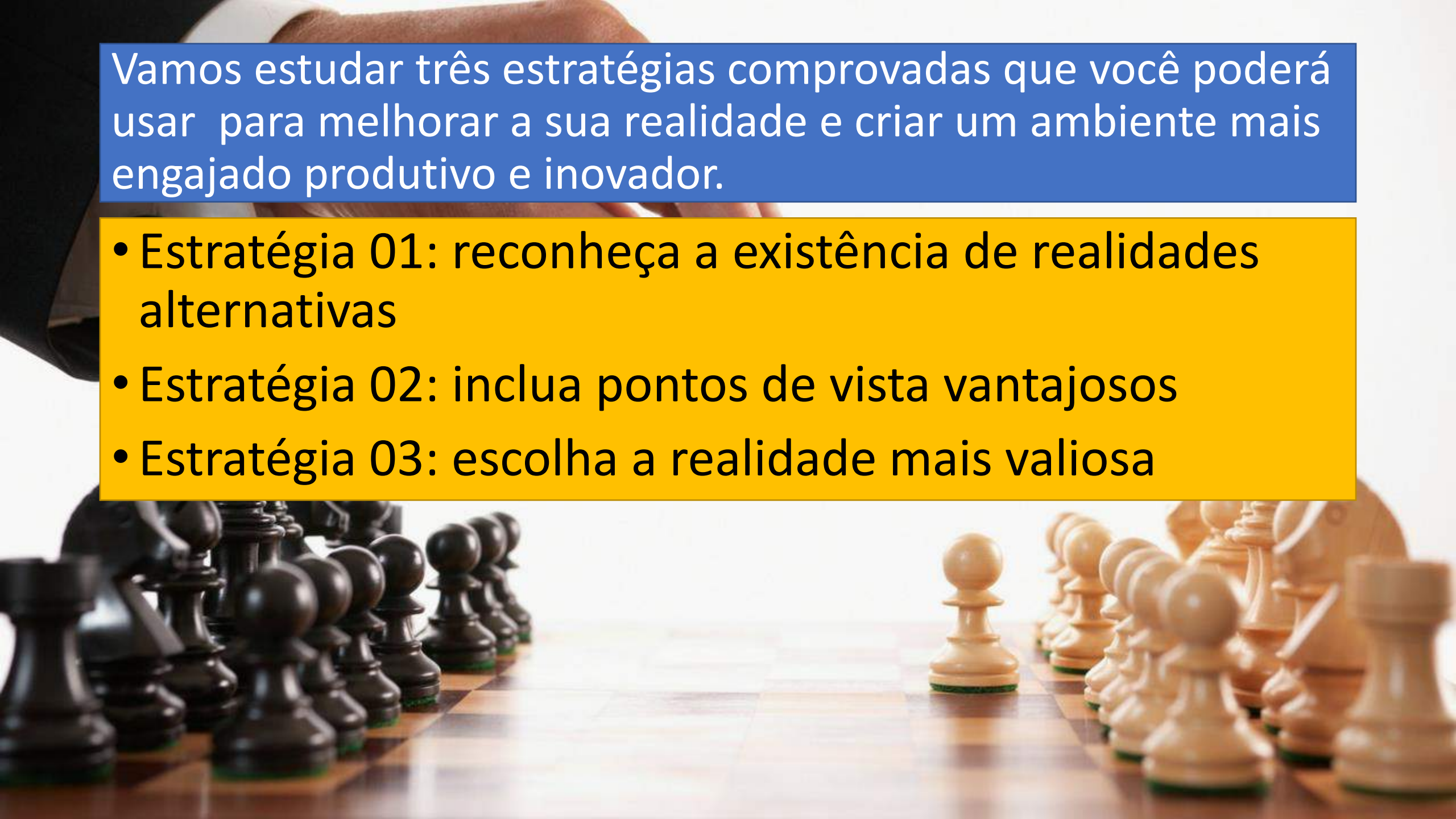
Mais conflito

- Processo que começa quando uma parte percebe que uma outra parte afetou, ou está perto de afetar, contrariamente, algo pelo qual a primeira parte se interessa.



- Conflito é natural nas organizações, e não podem ser completamente eliminados.
- O que não é ruim!
- Conflitos têm algumas propriedades positivas....
- Sem ingenuidade, quando alguém reclama de conflitos, referem-se aos efeitos dos conflitos disfuncionais ou quando o conflito é mal gerenciado.



A close-up photograph of a person's hand in a dark suit sleeve moving a white chess piece on a wooden chessboard. The board is partially visible, showing the alternating light and dark squares. The background is softly blurred, focusing attention on the hand and the piece.

Vamos estudar três estratégias comprovadas que você poderá usar para melhorar a sua realidade e criar um ambiente mais engajado produtivo e inovador.

- Estratégia 01: reconheça a existência de realidades alternativas
- Estratégia 02: inclua pontos de vista vantajosos
- Estratégia 03: escolha a realidade mais valiosa

ESTRATÉGIA 01: RECONHEÇA A EXISTÊNCIA DE REALIDADES ALTERNATIVAS

- A crise econômica, a crise mundial, a crise na saúde, a crise de saúde mental impuseram a todos nós mudanças radicais.
- Os líderes que conseguiram se manter produtivos durante este tempo e até mesmo se destacaram em meio ao caos foram os que levaram menos tempo para abandonar as crenças predeterminadas de como o mundo deveria ser.
- São pessoas que olham com clareza a possibilidade da existência de outras realidades além daquela à qual elas haviam se acostumado e tomaram a decisão consciente de aceitar essa realidade ao invés de fugir dela.

ESTRATÉGIA 01: RECONHEÇA A EXISTÊNCIA DE REALIDADES ALTERNATIVAS

- Está claro que quem conduziu a sua equipe para aceitar e se adaptar à nova realidade se recuperaram, enquanto quem se agarrou obstinadamente à antiga realidade está se afundando num lamaçal de impotência e derrota.

ESTRATÉGIA 01: RECONHEÇA A EXISTÊNCIA DE REALIDADES ALTERNATIVAS

- O estresse atual não pode ser ignorado;
- Entre 70% e 90% das consultas médicas se devem a problemas de saúde relacionados ao estresse;
- O estresse afeta negativamente a maioria dos órgãos do corpo humano.
- Em um dia útil qualquer, estima-se que um milhão de trabalhadores faltem ao trabalho devido a problemas relacionados ao estresse.

ESTRATÉGIA 01: RECONHEÇA A EXISTÊNCIA DE REALIDADES ALTERNATIVAS

- Mas o estresse é sempre negativo?

- Não.

- Hormônios liberados na resposta ao estresse melhoram o desempenho em tarefas cognitivas que utilizam a memória.
- O estresse e as adversidades facilitam o desenvolvimento da resistência mental, a formação de vínculos sociais mais profundos, o fortalecimento das prioridades.

ESTRATÉGIA 01: RECONHEÇA A EXISTÊNCIA DE REALIDADES ALTERNATIVAS

- A lição a ser aprendida é esta:
- O estresse é uma resposta do tipo “lutar ou fugir”, e você só piora a situação quando luta ou foge do estresse.
 - Não estou dizendo que o estresse é sempre positivo, só quero mostrar que existem diferentes maneiras de enxergar os efeitos do estresse e que a sua visão a esse respeito pode determinar a resposta que você manifestará.

ESTRATÉGIA 01: RECONHEÇA A EXISTÊNCIA DE REALIDADES ALTERNATIVAS

- O estresse no trabalho é inevitável.

• *"mas, apesar de o estresse ser inevitável, seus efeitos negativos não são"* (BILL BELICHICK)

ESTRATÉGIA 02: INCLUA PONTOS DE VISTA VANTAJOSOS

- Muitas pessoas parecem estar acostumadas a ser do tamanho de seus cargos e funções e enxergam a vida mais ou menos como o cargo em termos de tamanho e importância.
- Muitas vezes um pequeno contratempo pode parecer desproporcionalmente grande e muito mais importante do que conquistas e sucessos maiores.



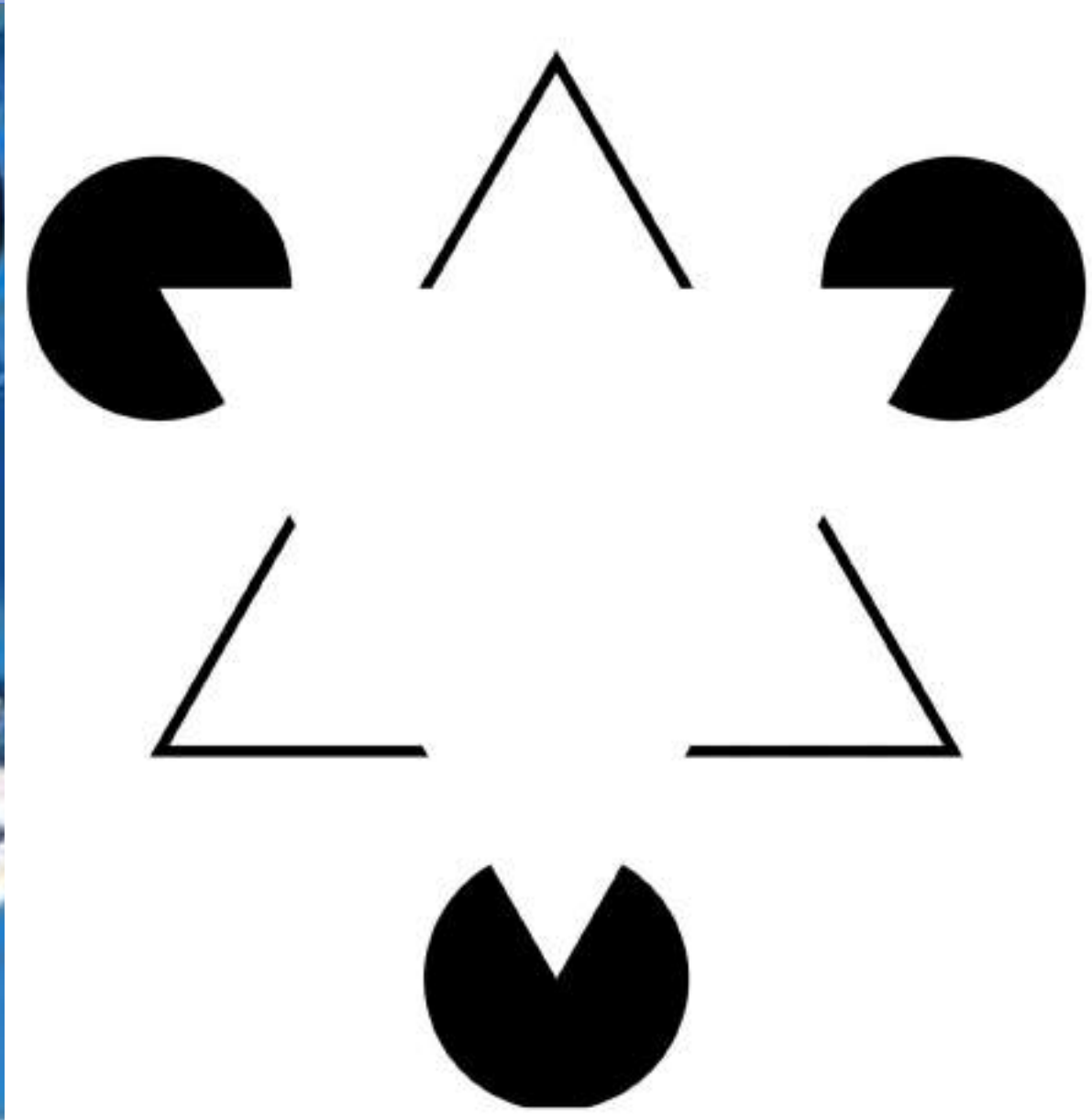
ESTRATÉGIA 02: INCLUA PONTOS DE VISTA VANTAJOSOS

- A perspectiva está nos detalhes.
 - Você faz check list diários?
- A capacidade de identificar e reunir detalhes tem um valor enorme em qualquer profissão ou área de atuação.
 - Já fez tour de propósito com sua equipe?
- A ideia é desenvolver conscientemente habilidades que melhorarão e muito o desempenho de sua equipe e a capacidade dos cérebros de criar realidades multidimensionais.

ESTRATÉGIA 02: INCLUA PONTOS DE VISTA VANTAJOSOS

- Como a capacidade de ver 10% a mais detalhes no seu trabalho melhoraria o seu desempenho?
 - O que você acha do seu trabalho neste momento?
- O pesquisador Richard Wiseman diz que se o seu trabalho for colher maçãs e você continuar voltando às mesmas macieiras todos os dias, mais cedo ou mais tarde ficará sem as maçãs. Quanto mais você se desviar dos seus padrões, mais fácil será de encontrar pontos de vista vantajosos.

ESTRATÉGIA 02: INCLUA PONTOS DE VISTA VANTAJOSOS



ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA

- Tente fazer o seguinte experimento em casa:
- Concentre-se em um objeto e veja quantos atributos, frases e rótulos você consegue pensar em 30 segundos.
 - A ideia é ser rápido.
 - Cada descritor positivo vale +3 pontos
 - Cada descritor negativo vale + 1 ponto

ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA

• PIA CHEIA DE LOUÇA SUJA:

- Muito trabalho +1
 - Bagunça +1
 - Uma chateação +1
 - Trabalho interminável +1
 - Nada divertido +1
 - Chance de zelar pela minha família +3
 - Oportunidade de agradar +3
 - Chance de não pensar em nada por um tempo +3
- Gosto de mexer com água +3
 - Cozinha limpa +3
 - Um bom jeito de me sentir no controle +3



ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA

- A ideia é treinar o nosso cérebro para enxergar ambos os lados, porque o nosso cérebro foi programado para naturalmente procurar e encontrar os aspectos negativos.
- Achar os aspectos negativos, nós já fazemos muito bem.
- Por isso, normalmente, o verdadeiro trabalho de um líder que quer gerir conflitos e não causar conflitos está em treinar o nosso cérebro para encontrar descritores positivos.
- Índice de positividade.

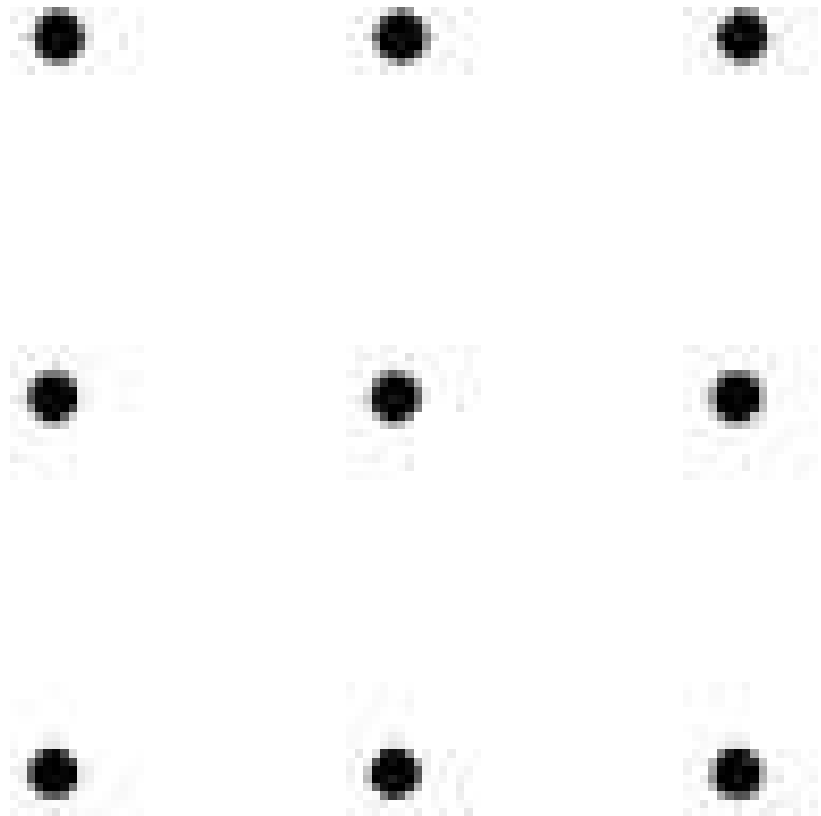
ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA

- Tanto no trabalho quanto em casa, se todo mundo só tiver acesso a uma versão da realidade, todos saem perdendo.
- Você só vai poder escolher a realidade mais propícia se ficar de olhos abertos para muitas realidades, tanto positivas quanto negativas, nas proporções certas.
- Em outras palavras, quanto mais interpretações do mundo você conseguir enxergar, maior vai ser sua capacidade de construir o prisma do sucesso para alcançar os melhores resultados.

ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA

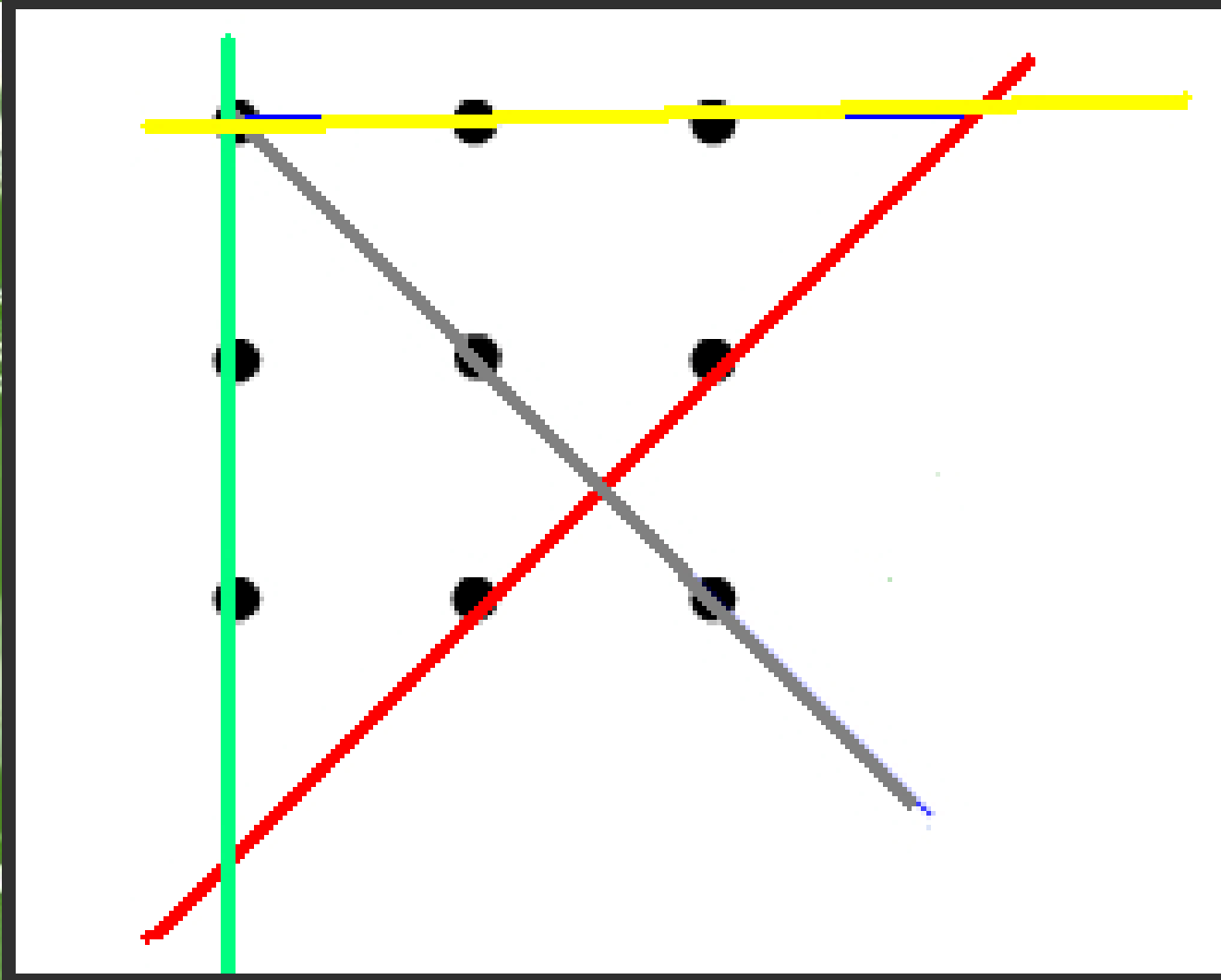
- Superando nossos pontos cegos.
- O principal ponto cego é a incapacidade de contar com os outros (Dra. Loretta Malandro – Bloomberg Businessweek)
- Consciência do impacto (ilusão de que está sempre certo).
- Reprimir os sentimentos .

ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA



Sem tirar o lápis ou a caneta do papel, desenhe quatro linhas retas que passem por todos os nove pontos de uma só vez.

ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA



ESTRATÉGIA 03: ESCOLHA A REALIDADE MAIS VALIOSA

- O gênio positivo é o que permite ao nosso cérebro reconhecer a existência de diferentes maneiras de ver o quadrado.
- Em muitas situações , basta fazermos as perguntas certas para superar os nossos pontos cegos.



Colocando
a teoria em
prática...

01. Use o estresse em seu benefício

- Ao invés de lutar com o estresse ou fugir dele, pense no que há de significativo e faz com que a situação seja estressante.
- Você não ficaria estressado se não tivesse algo importante incorporado ao estresse.
- O estresse só resulta de algo significativo.
- O estresse se torna debilitante quando nos esquecemos deste significado



02. Treine seu cérebro em diferentes modalidades

- A capacidade de ver 10% mais detalhes em seu trabalho melhora por demais o desempenho de gestores.



03. Faça algo pela sociedade

- Essas atitudes nos distanciam de nossos padrões negativos e nos ajudam a enxergar realidades alternativas e positivas nas quais nossos comportamentos têm importância.
- A ideia é parar de ruminar se você está feliz ou não.
- A maior proteção contra a depressão também é o altruísmo.



04. Alimente sua realidade

- Não tome grandes decisões se não dormiu o suficiente
- Não destile sua TPM em sua equipe
- Se você estiver bem descansado(a) e alimentado(a) será mais fácil enxergar a gama mais ampla de detalhes, informações e possibilidades valiosas.



05. Inclua pontos de vista vantajosos

- Faça o exercício de pontos de vista vantajosos para ver quantos atributos, tanto positivos quanto negativos, você consegue atribuir a pessoas ou situações no trabalho.
- Ser capaz de perceber a multiplicidade de detalhes não só o ajuda a escolher a realidade mais valiosa como mantém seu cérebro flexível para que você não se sinta limitado pelo mundo externo.



06. Procure opiniões diversificadas

- Consulte as pessoas e ouça atentamente suas opiniões acerca de situações que você precisa tomar uma decisão.



07. Lembre-se do poder da mudança

- Anote os três momentos de mudança mais importantes da sua vida que o levaram a ser a pessoa que você gosta de ser hoje.
- Deixe o papel na sua mesa ou em algum lugar acessível, para você alinhar o seu comportamento às suas atitudes e promover o seu crescimento positivo.

Diferencie conflito de confronto

Conflito
Confronto

- No conflito, as pessoas estão dispostas a defender seus pontos de vista, mas sempre com a intenção de preservar a continuidade da relação.
- No confronto existe sempre o componente hostil, em que as pessoas se opõem no plano pessoal.



“
A FERRAMENTA MAIS **IMPORTANTE**
DE UM LÍDER, É O SEU
PRÓPRIO EXEMPLO.”


JOHN WOODEN



*Liderança é ação, e
não posição.*

Donald McGannon



**A MAIOR HABILIDADE DE UM
LÍDER É DESENVOLVER 
HABILIDADES EXTRAORDINÁRIAS
EM PESSOAS COMUNS.**

ABRAHAM LINCOLN

@99FRASES

SUCESSO
é uma
questão de
decisão



Siga nossas Redes Sociais



www.rhemaeducacao.com.br