

## DICAS DO RH

## Como desenvolver a inteligência emocional

Pratique a Empatia. ...

Lide com as emoções negativas. ...

Esteja consciente dos sinais do seu corpo. ...

Gerencie a ansiedade e o estresse. ...

Respeite os seus limites. ...

Evite julgamentos precipitados. ...

Pense antes de reagir. ...

Treine seu cérebro.

## 5 Habilidades necessárias para qualquer ser humano

-  Autoconsciência
-  Autogestão
-  Automotivação
-  Empatia
-  Habilidade Social



## ANIVERSARIANTES do Mês

18/03 - KEROLAYNE VIANA (EXPANSÃO)

### DICA DE LIDERANÇA

Um líder equilibrado emocionalmente é aquele que não exagera em seus sentimentos positivos e negativos

### DATAS

06/03 Salário  
20/03 Adiantamento  
29/03 Feriado 6ª Santa

### CURTINHAS

*Não confunda colegas com amigos*

*Lute. Acredite. Conquiste. Perca. Deseje. Espere. Alcance. Invada. Caia. Seja tudo o quiser ser, mas, acima de tudo, seja você sempre.*

Tumblr