

**APHILAV – 10º ENCONTRO DE HIGIENIZAÇÃO E
LAVANDERIA HOSPITALAR DA REGIÃO SUL**

Autoestima e Gestão: Dando significado ao trabalho

**Um caminho para *cuidar*
daqueles que colaboram no
cuidado de outros, com mais
serenidade.**

Rejania Guido Dias
rejania@terra.com.br
Cel: 99620799

Conversa



Como vai você ?

Como vai você ?

Eu preciso saber da sua vida

Peça a alguém pra me contar sobre o seu dia

Anoiteceu e eu preciso só saber

Como vai você ?

Que já modificou a minha vida

Razão de minha paz já esquecida

Nem sei se gosto mais de mim ou de você

Vem, que a sede de te amar me faz melhor

Eu quero amanhecer ao seu redor

Preciso tanto me fazer feliz

Vem, que o tempo pode afastar nós dois

Não deixe tanta vida pra depois

Eu só preciso saber

Como vai você

**B
I
S**

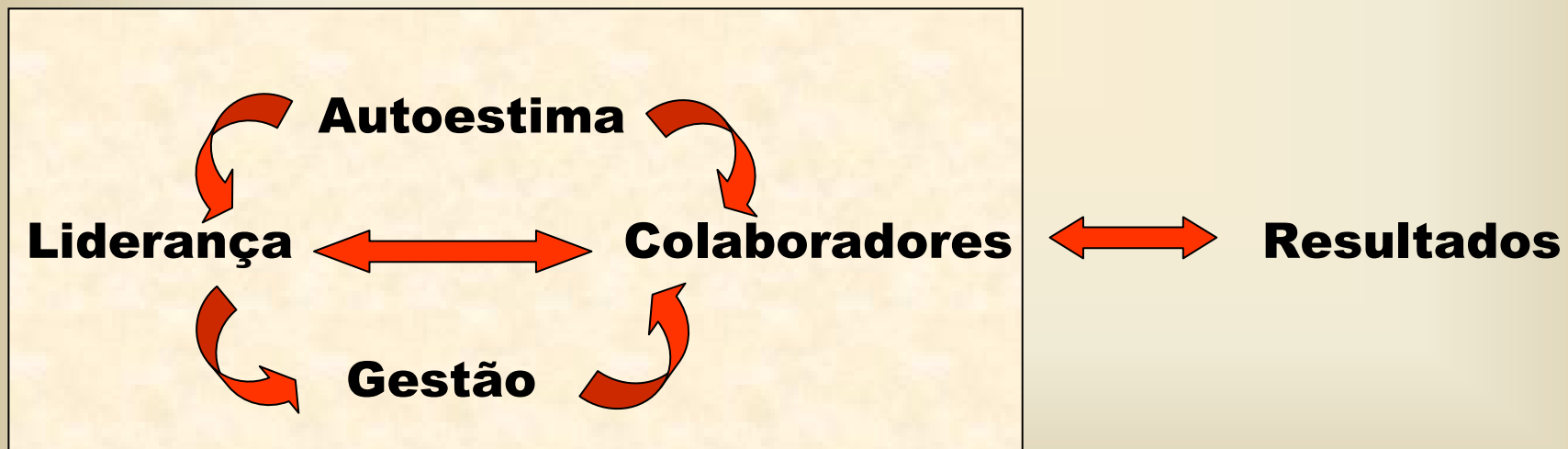
✓ **Toda organização e seus processos são geridos por pessoas e é inegável o fato de que o estado de ânimo, o nível de entusiasmo e de motivação dessas pessoas, exerce uma espécie de contágio coletivo. Energias boas geram produtividade. Desânimo, desinteresse, desmotivação e uma baixa auto-estima geram rotina mórbida, repetição inoperante, autodesculpa, mediocridade e afetam, negativamente, o desempenho no trabalho.**



✓ **A busca constante de um bom clima organizacional e do cultivo da auto-estima dos colaboradores figura entre uma das mais importantes responsabilidades de um gestor, pois se sabe que as pessoas são influenciáveis, deixam-se suggestionar facilmente quando expostas ao mau-humor, às energias negativas de outros. É preciso que se esteja atento para que esses sentimentos não minem a força de trabalho numa organização.**

✓ **É fato comprovado, por pesquisas amplamente divulgadas, que a construção de uma auto-estima saudável é a base para o sucesso pessoal e profissional do ser humano.**

✓ **...e que a autoestima dos líderes, que são aquelas pessoas que caminham na frente, lhes dá a capacidade do comprometimento com mudanças profundas em si mesmos e em suas organizações...**



Autoestima

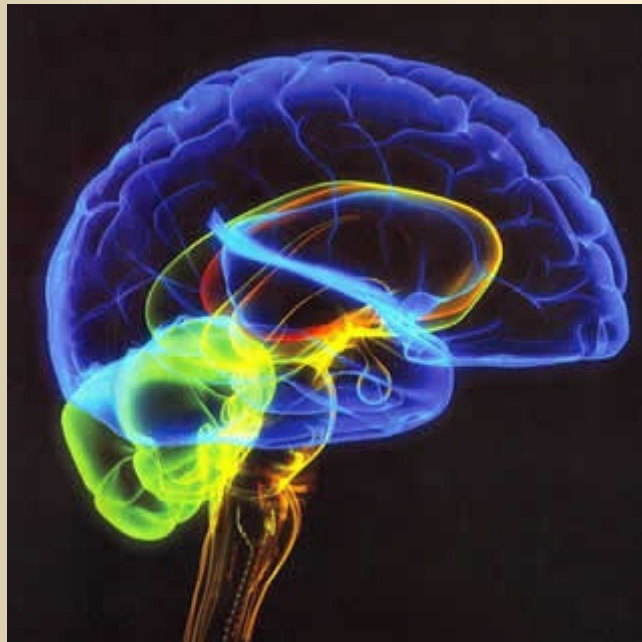
É um ato de amor e de confiança consigo mesmo... É a confiança em nosso modo de pensar e enfrentar os problemas e o direito de ser feliz; é a certeza de que somos merecedores de satisfazer nossas necessidades, desejos e desfrutar os resultados de nossos esforços...



Autoestima

Entendendo a construção da autoestima...

A diferença entre as pessoas reside nos diferentes contextos e condições, em que seus cérebros foram submetidos.



Ao nascer no **Planeta**,
habitamos
um corpo que possui
um **cérebro**,
biologicamente
imaturo, que é o órgão
mais importante para a
realização humana.

Autoestima

Onde e por quem fomos recepcionados...



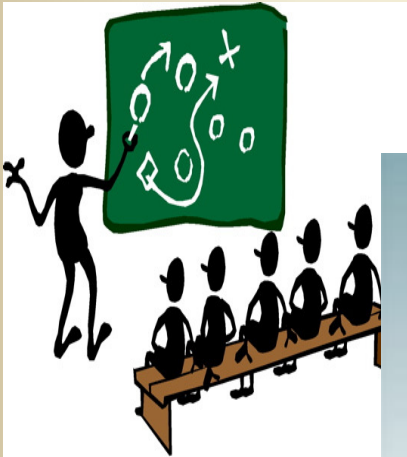
Fomos recepcionados por pessoas que nos serviram de **modelos**.



Delas recebemos muitas **informações** e experimentamos um **nível de afetividade**, que muito influencia na **Inteligência Social**.

Autoestima

Também recebemos informações...

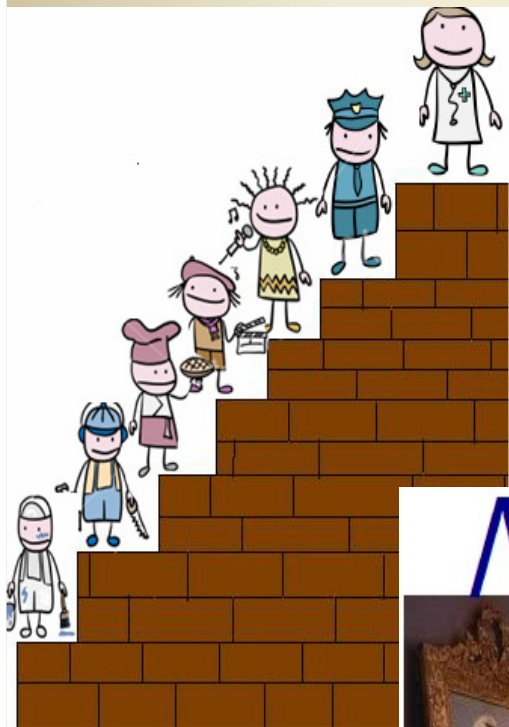


- **da educação (escola, professores, família...)**
 - **das experiências profissionais**
 - **dos treinamentos**
- **da influência dos outros**
 - **das recompensas e incentivos**
- **da experiência pessoal**

Autoestima

Mas, aprendemos a cultivar uma "personalidade ideal" e, portanto, tivemos que engolir nossos sentimentos. Em nome de Deus, da moral ou da boa educação, o importante era "fazer a coisa certa", mesmo que aquilo estivesse contrariando nossa natureza.

Não siga rótulos. Seja você!



Autoestima

Auto-estima \neq Egoísmo

O egoísta é um ser vazio e solitário que precisa cada vez mais de coisas e pessoas que o preencham. Gente com boa auto-estima, apenas reconhece que, como qualquer ser humano, **tem o direito** de valorizar e satisfazer suas vontades. Deseja o melhor para si, e para os outros também.



Autoestima

Funcionamento da mente...

Mente: cérebro processando suas informações...



Interpretamos o mundo com as informações que possuímos na mente, e isto é determinante na qualidade da **Inteligência Social**.

Autoestima

A lente subjetiva construída pela história de vida...



A história de vida funciona como uma **lente subjetiva** para ver o mundo e a nós mesmos.

História de vida  Auto-estima

Autoestima

Resgatar a auto-estima...

Conheça-te ti mesmo! Sócrates(469-399 AC)

Visando cuidar melhor de si para poder cuidar melhor do outro, que também cuida de outros.



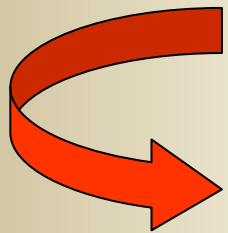
Especialize-se na sua
História de vida
Resignifique situações



Autoestima

Resgatar a auto-estima...

O nosso relacionamento com os outros tende a espelhar e refletir o nosso relacionamento conosco mesmo.



O outro é fonte para o nosso autoconhecimento. E, o autoconhecimento é caminho para fortalecer a autoestima à medida que vai construindo a serenidade.



Inteligência Social

Inteligência social (fundamental na gestão) resulta da melhoria nas inter-relações, devido ao **cuidado** para bem atuar no raciocínio social, particularmente a coordenação, cooperação, minimizando, assim, a apatia e a competição negativa.

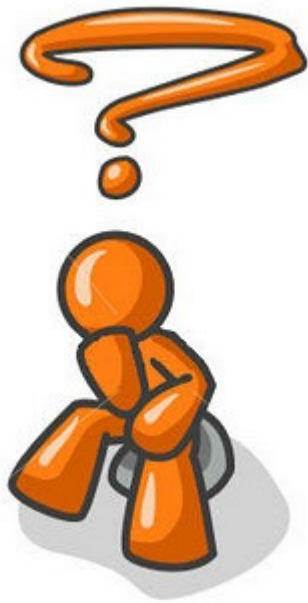
Inteligência Emocional Emoções ressignificadas	Inteligência Social Cuidado ao influenciar
Autoconsciência	Autocontrole Consciência social Empatia primordial Precisão empática Capacidade de Escutar
Cognição social	Facilidade social Sincronia Apresentação social Influência Preocupação com os outros

Autoconhecimento
Autoestima
Inteligência Emocional e Social
Gestão
Significado do Trabalho

Sempre será através do trabalho, que nós seres humanos desfrutaremos das riquezas existentes por toda parte. E também é através do desempenho profissional que cada um de nós pode colaborar para um mundo mais dinâmico e mais humanizado, no nosso caso, colaborar com quem precisa resgatar sua saúde, nem que isso muitas vezes signifique apenas podermos amenizar suas dores... É exatamente este o sentido que precisamos dar a cada piso limpo, a cada roupa confeccionada, a um leito higienizado ou àquela roupa entregue nas unidades de internação...

E, você...

Qual o seu atual nível de autoconhecimento? Você tem cuidado de sua autoestima?



Como vai você ?

Eu preciso saber da sua vida

Peça a alguém pra me contar sobre o seu dia

Anoiteceu e eu preciso só saber

Como vai você ?

Que já modificou a minha vida

Razão de minha paz já esquecida

Nem sei se gosto mais de mim ou de você

Vem, que a sede de te amar me faz melhor

Eu quero amanhecer ao seu redor

Preciso tanto me fazer feliz

Vem, que o tempo pode afastar nós dois

Não deixe tanta vida pra depois

Eu só preciso saber

Como vai você

**B
I
S**

QUANDO ME AMEI DE VERDADE...



[QuandoMeAmeiDeVerdade.ppt](#)

"Quando me amei de verdade, compreendi que em qualquer circunstância, eu estava no lugar certo, na hora certa, no momento exato.

E então, pude relaxar. Hoje sei que isso tem nome...Auto-estima. Quando me amei de verdade, pude perceber que minha angústia, meu sofrimento emocional, não passa de um sinal de que estou indo contra minhas verdades. Hoje sei que isso é...Autenticidade.

Quando me amei de verdade, parei de desejar que a minha vida fosse diferente e comecei a ver que tudo o que acontece contribui para o meu crescimento. Hoje chamo isso de... Amadurecimento.

Quando me amei de verdade, comecei a perceber como é ofensivo tentar forçar alguma situação ou alguém apenas para realizar aquilo que desejo, mesmo sabendo que não é o momento ou a pessoa não está preparada, inclusive eu mesmo.

Hoje sei que o nome disso é... Respeito.

Quando me amei de verdade comecei a me livrar de tudo que não fosse saudável. Pessoas, tarefas, tudo e qualquer coisa que me pusesse para baixo.

De início minha razão chamou essa atitude de egoísmo.

Hoje sei que se chama... Amor-próprio.

Quando me amei de verdade, deixei de temer o meu tempo livre e desisti de fazer grandes planos, abandonei os projetos megalômanos de futuro. Hoje faço o que acho certo, o que gosto, quando quero e no meu próprio ritmo.

Hoje sei que isso é... Simplicidade.

Quando me amei de verdade, desisti de querer sempre ter razão e, com isso, errei menos vezes.

Hoje descobri a... Humildade.

Quando me amei de verdade, desisti de ficar revivendo o passado e de preocupar com o futuro. Agora, me mantenho no presente, que é onde a vida acontece. Hoje vivo um dia de cada vez. Isso é... Plenitude.

Quando me amei de verdade, percebi que minha mente pode me atormentar e me decepcionar. Mas quando a coloco a serviço do meu coração, ela se torna uma grande e valiosa aliada. Tudo isso é... Saber viver!!!"

Charles Chaplin

