

SKU – 050.090

Inteligência Espiritual



Você já leu ou ouviu sobre esse assunto?

Quando lemos ou ouvimos esse tema, logo pensamos que se trata de algo ligado à religião.

Entretanto, nada tem a ver com religiosidade e sim, com o fato do ser humano saber lidar com questões essenciais e encontrar seu ponto de equilíbrio.

Para entendermos melhor sobre Inteligência Espiritual, será necessário voltar um pouco no passado.

Na década de 80, o psicólogo Howard Gardner desenvolveu a teoria das inteligências múltiplas (linguística, musical, lógica etc). Nesse mesmo período, a ciência realizou estudos que identificam o QI (quociente de inteligência) como mensurador da inteligência dos indivíduos. A essa inteligência dá-se o nome de inteligência racional.

No início dos anos 90, Daniel Goleman, psicólogo e autor de alguns livros, percebeu que o ser humano tem o lado racional e o emocional, sendo capaz de desenvolver empatia, motivação, relacionamento com outras pessoas, gratidão, entre outras habilidades.

Vivemos em um mundo agitado, dinâmico, onde todos estão envolvidos em uma gama de informações, ideias e sentimentos.

Já faz algum tempo que o Quociente de inteligência ou Quociente emocional não garante sucesso pessoal e profissional porque falta algo muito importante.

Mas o que é essa tal Inteligência Espiritual?

A Inteligência Espiritual é a capacidade do ser humano equilibrar sua razão (QI) e sua emoção (QE) com o mundo exterior com base em suas crenças, valores e ações corretas e assim, encontrar o seu propósito ou a sua missão de vida.

A Inteligência Espiritual remete-se à tendência do ser humano em dar sentido e valor aos pensamentos e comportamentos, fazendo com que eles guiem ações e solucionem problemas.

É válido afirmar que a Inteligência Espiritual contribui para a harmonização do comportamento racional e emocional. Com isso, trará muitos benefícios individuais e coletivos.

Vejamos alguns Itens que contribuem para o desenvolvimento da Inteligência Espiritual:

- Ampliar seu autoconhecimento
- Identificar suas crenças e valores
- Analisar os contextos aos quais está inserido
- Saber quais são suas limitações, medos e anseios
- Assumir a responsabilidade pelos seus atos
- Mudar pensamentos e comportamentos sabotadores
- Construir ações e atitudes condizentes com os seus valores éticos
- Ressignificar aquilo que não pode ser mudado
- Exercitar a compaixão
- Tomar consciência daquilo que te motiva
- Enxergar as diferentes possibilidades que possui
- Compreender o seu papel no mundo.

Principais características de uma pessoa com Inteligência Espiritual:

01. Possui desejo em servir
02. Aprecia a diversidade do mundo
03. Vive o presente
04. Procura superar expectativas
05. Encara desafios
06. Dispõe de inovação e criatividade
07. Sabe que tudo está integrado
08. Usufrui de pensamentos e comportamentos próprios
09. Lida bem com as experiências negativas
10. Possui equilíbrio emocional
11. Consegue ser flexível
12. Respeita a opinião do outro
13. Evita causar danos desnecessários
14. Tem compaixão
15. Domina seu estresse
16. Possui senso moral
17. Age com espontaneidade

18. Revisa constantemente seus valores
19. Acredita na vida.

Exercite a Inteligência Espiritual e transforme a sua vida.

Referências

- ANTUNES, Lucedile - Coordenação Editorial. Soft Skills – Competências Essenciais para os novos tempos. Literare Books: São Paulo, 2020.
- SERRA, Floriano. A Terceira Inteligência. Butterfly: São Paulo, 2004
- <https://www.ibccoaching.com.br/portal/comportamento/conheca-inteligencia-espiritual/>

Informações do Autor

Walkiria Almeida

Mestre em administração com concentração em Gestão Internacional pela Escola Superior de Propaganda e Marketing (ESPM). Mais de 30 anos de experiência como secretária executiva de presidência e diretoria. Palestrante nacional e internacional (1º Fórum Internacional de Secretariado, em Moçambique). Docente na FMU, no curso de Secretariado Trilíngue. Diretora da WA – Educação Corporativa. Facilitadora de cursos na Consultre. Coordenadora, autora e coautora de algumas obras: Competências dos profissionais de secretariado em diferentes empresas (2017); Recepção, atendimento e técnicas secretariais (2020); Excelência no secretariado (2013/2021); O futuro do secretariado: educação e profissionalismo (2019); Meu Cliente subiu no telhado... E agora? (2021); As incríveis: histórias de mulheres que deram a volta por cima e fizeram acontecer (2022); Donas da P*** toda (livro escrito por 107 mulheres empoderadas - 2022) esses cinco últimos publicados pela Literare Books.

Prêmios recebidos:

- Oscar do Secretariado - categoria livro (2021) e categoria projeto (2022).
- Prêmio “Excelência acadêmica FMU” (2020).
- Coautora do Projeto premiado duplamente na CONASEC, 1º Lugar no júri Técnico e 2º lugar no voto popular “Indicadores de Resultado para o Profissional de Secretariado” (2018).
- Coautora do projeto premiado na CONASEC, 1º lugar no voto popular. “Curso Preparatório para Docência na Área de Secretariado” (2016).

w_almeida35@hotmail.com

Direitos Autorais

O conteúdo deste artigo é de inteira propriedade do “Autor”, e seus respectivos direitos autorais são protegidos pela Lei 9.610 de 19.02.1998. Qualquer uso, divulgação, cópia ou disseminação de todo ou parte deste material sem a citação da fonte, são expressamente proibidos.

Responsabilidades Autorais

Adicionalmente além dos direitos da posse do conteúdo, também incide sobre o “Autor” os deveres e responsabilidades sobre sua criação de conteúdo. Este artigo é de inteira responsabilidade do “Autor” e pode não refletir necessariamente a linha educacional, conceitual, ideológica ou programática da SBTD – Sociedade Brasileira de Treinamento e Desenvolvimento.

Key Words deste Artigo (em ordem alfabética)

- Inteligência Emocional
- Inteligência Espiritual
- Quociente Emocional
- Saúde Mental

- Ser Humano

