



Guia de Interpretação dos Talentos do Cérebro

**Critérios para liberar os talentos de seu cérebro para as
competências do futuro.**

Por Joshua Freedman & equipe SEI

Adaptado e traduzido pelo Grupo Kronberg

Atualizado em 11/02/14

Três Questões Importantes

1 O que é um App do cérebro?

Seu cérebro possui algumas potencialidades. Usamos a metáfora de um App de smartfone: um App do Cérebro é similar a uma ferramenta para seu cérebro. Quais são as principais competências de seu cérebro? Você faz pleno uso delas?

Saiba mais sobre os apps nas páginas 3-4.

2 O que posso fazer com esta informação?

O perfil de talentos de seu cérebro (BTP) mostra seus 6 principais “Apps do Cérebro”. Seu desempenho aumentará se utilizar estes seus seis pontos fortes mais plena e eficazmente. Você pode também desenvolver Apps adicionais..

Veja as páginas 5-10 para detalhes e dicas.

3 Como posso ir mais além?

Autoconsciência é insuficiente. Precisamos de ação para criar mudança.

Veja as páginas 12-13 para sugestões adicionais.

Recebeu seu SEI Brain Talent Profile? Use este guia para interpretar seus resultados e como pode alavancar seus Talentos do Cérebro!

“Brain Apps”: a capacidade de usar um importante talento. Você faz uso eficaz dos talentos do seu cérebro?

O Perfil de Talento do Cérebro (BTP) amplia o conhecimento obtido a partir do “Brain Brief Profile.”

O Estilo do Cérebro identifica:

Foco:

Racional ✱ Emocional

Decisões:

Avaliativo ✱ Inovativo

Dinamismo:

Prático ✱ Idealista

Para maiores detalhes

www.6seconds.org/bbig.



Contexto

Inicie com um banco de dados de mais de 60.000 assessments de inteligência emocional envolvendo todos os continentes. Adicione uma análise de feedback de 500 líderes, mais a experiência de um painel de 20 experts em mudança (veja a página 11 para maiores detalhes) O resultado:

As 18 competências chave para criar o futuro.

Os 18 “Apps do Cérebro” descrevem competências únicas e poderosas para criar mudança positiva. Fundamentadas em pesquisas, estas competências são essenciais para a prosperidade em tempos complexos – no trabalho, na escolar e na vida.

Os “Apps do Cérebro” não são comportamentos necessariamente. Descrevem competências que você pode utilizar.

Que Apps do Cérebro está utilizando hoje?



Apps do Cérebro

“App” é uma metáfora para descrever competência. O que seu cérebro gosta de fazer?

Que funções são fáceis e tranquilas para seu cérebro?



Os 18 Apps

As competências estão organizadas em torno de três escalas dos Estilos do Cérebro (Brain Styles) e em seis grupos:

Foco:

Lógica, Dados

App	Características do App
Prospecção de dados	Filtra para acessar informação chave.
Simulação	Mapeia possibilidades lógicas.
Priorização	Enxerga e organiza possíveis caminhos.



Prospecção de Dados

Pessoas, Emoções

App	Características do App
Conexão	Sente e espelha emoções de outros.
Percepção emocional	Entende pessoas e a dinâmica das interações humanas.
Colaboração	Cria harmonia entre pessoas.



Conexão

Decisões:

Reduz Risco

App	Características do App
Reflexão	Pausa para avaliar.
Adaptabilidade	Aceita perspectivas múltiplas.
Pensamento crítico	Avalia, assessa e planeja.



Pensamento Crítico

Aumenta Oportunidade

App	Características do App
Resiliência	Recupera-se e avança.
Tolerância ao Risco	Aceita o potencial desconhecido.
Imaginação	Enxerga o desconhecido.



Resiliência

Dinamismo:

Presente, Prático

App	Características do App
Proatividade	Age a partir de motivação própria.
Foco	Mantém a atenção no que importa.
Resolução de Problema	Inventa soluções para atender necessidades atuais.



Resolução de Problemas

Futuro, Idealista

App	Características do App
Visão	Enxerga o significado a longo prazo.
Desenho	Expande a atenção para criar novo potencial.
Empreendedorismo	Cria soluções para desafios futuros.



Visão

Explorando os Apps

Foco: Racional

Estas três competências permitem que as pessoas processem dados racionais com eficiência e eficácia.

- **Prospecção de dados:** Sabe o que é importante, nota sinais, enxerga padrões dentro do contexto e filtra o dispensável.
- **Simulação:** Enxerga caminhos possíveis, mapeia as possibilidades a partir dos dados disponíveis.
- **Priorização:** Decide o que é importante, avalia as opções e considera os melhores resultados dentro das restrições existentes.

Desenvolvimento

Dica para desenvolver mais competência nestas áreas:

- **Sintonize.** Reduza o ritmo e note detalhes – o que encaixa e o que não encaixa?
- **Pergunte.** Questione suas premissas, questione outras pessoas. O que isto significa? O que ocorreu? Por quê?
- **Quebra-cabeças.** Considere cada situação um quebra-cabeça. O que encaixa onde? Como a parte A se relaciona com a parte B? Pratique enxergar as conexões.
- **Alimente-me.** Você está fornecendo ao seu cérebro dados racionais e cognitivos suficientes? Como pode testar as premissas, identificar mais perspectivas?
- **+ Dados Emocionais.** Você ignora dados emocionais porque é mais confortável/eficiente usar o lado racional? Aplique sua análise para você mesmo e sintonize na lógica dos sentimentos – seus e os de outros.
- **RP:** A habilidade emocional de “Reconhecer Padrões” (do SEI Assessment) ajuda as pessoas a desenvolver esta área.



Prospecção de Dados



Simulação



Priorização

Foco: Emocional

Estas três competências permitem que as pessoas processem dados emocionais com eficiência e eficácia.

- **Conexão:** Para criar rapport, você se abre, reflete as emoções dos outros e sintoniza no “wi-fi humano”.
- **Percepção Emocional:** Para entender os outros e sua relação com eles você sente as emoções deles e compreende os dados contidos nestas emoções.
- **Colaboração:** Para criar relacionamentos eficazes, você equilibra múltiplas necessidades e cria as emoções corretas para as pessoas se sintonizarem.



Conexão



Percepção Emocional

Desenvolvimento:

Dicas para fortalecer estas competências:

- **Conversa Franca (Heart Talk).** As pessoas enviam sinais emocionais por meio de expressão corporal e tom de voz o tempo todo. O que está por trás das palavras?
- **Emoções sábias.** Considere o fato que as emoções são sinais de informações úteis e valiosas.
- **Reflexão.** Note uma deixa e genuína e curiosamente pergunte “você sente ___” ou “você quer dizer ___”?
- **Evidência.** Às vezes as premissas da sociedade atual nos levam a desconsiderar ou desvalorizar os dados emocionais. Você está fornecendo informações emocionais suficientes para seu cérebro e valorizando esta percepção?
- **1 Cérebro.** Lembre-se que dados racionais também são importantes. Afine sua sintonia com você mesmo e preste mais atenção aos sinais cognitivos.
- **AE.** A habilidade emocional de Aumente sua Empatia (do Assessment SEI) ajuda as pessoas a desenvolverem esta área de foco emocional.



Colaboração



Decisões: Avaliativo

Estas três competências avaliam risco, refletem e protegem.

- **Reflexão:** Para aumentar a lucidez, você pausa, se afasta e avalia.
- **Adaptabilidade:** Para mudar de perspectiva, você analisa e se redireciona para se reajustar a um novo entendimento.
- **Pensamento Crítico:** Para dar sentido à incerteza, você avalia, adapta e então usa suas percepções na direção do longo prazo.

Desenvolvimento:

Dicas para fortalecer estes “Apps”:

- **Equações Equilibradas.** Experimente avaliar prós e contras nas decisões, avaliando ambos os fatores racionais e emocionais.
- **Pausa de Seis Segundos.** Antes de responder (com palavras e ações), pratique criar um momento para refletir: “Esta é a melhor opção?”
- **Mais três.** Quando tiver que tomar uma decisão, identifique pelo menos três opções. Caso nenhuma destas seja ideal, identifique mais três. Escolha então a melhor opção (ou em alguns casos, a menos pior).
- **Uma pausa para o cérebro.** Você dá um tempo para seu cérebro? Faz pausas para avaliar a situação em questão?
- **Saltos espontâneos.** Você às vezes prefere analisar porque é mais confortável do que agir? Ponha em prática o seu planejamento estratégico e considere se em algumas circunstâncias você não se beneficiaria mais da espontaneidade.
- **PPC.** A competência emocional “Pratique o Pensamento Consequencial” apoia o uso eficaz destes APPs.



Reflexão



Adaptabilidade



Pensamento Crítico

Decisões: Inovativo

Estas três habilidades ajudam a discernir e criar possibilidades.

- **Resiliência:** Você identifica oportunidades e se apropria das soluções para superar obstáculos.
- **Tolerância ao risco:** Você foca no potencial futuro e assume o comando de sua energia emocional para lidar com complexidade.
- **Imaginação:** Você combina abertura emocional com clareza cognitiva para visualizar o desconhecido.

Desenvolvimento:

Para ser mais ágil, energético e adaptável, tente:

- **Pula-pula.** Toda situação tem seus altos e baixos. Identifique seis de cada, e tente reverter o que está embaixo.
- **Giroscópio interno.** Faça-se a seguinte pergunta: “O que uma pessoa equilibrada, calma e positiva faria agora?”
- **Esferas.** Em todas as situações há ingredientes na sua “esfera de preocupação” (o que importa a você) e outros na sua “esfera de influência” (o que pode mudar). Identifique o que encaixa onde e foque suas ações na sua esfera de influência (desapegue-se dos problemas fora desta esfera).
- **Flexão do cérebro.** Você dá espaço para seu cérebro brincar, explorar, pular?
- **Cálculo de risco.** Você às vezes anda rápido demais ou subestima em demasia os riscos? Isto pode ser empolgante mas ajudaria se você equilibrasse seu foco em oportunidades com precaução?
- **PO.** Para dar uma carga extra neste grupo, alavanque a competência emocional de Praticar o Otimismo.



Resiliência



Tolerância ao Risco



Imaginação

Dinamismo: Prático

Estas três competências ajudam a agir, acumular energia e produzir resultados.

- **Proatividade:** Você não espera pelos outros para endereçar os desafios que aparecem, você usa a sua motivação interna.
- **Comprometimento:** Você usa sua motivação interna e a associa à sua visão de futuro para manter clareza sobre as prioridades.
- **Resolução de problemas:** Você equilibra o presente e o futuro e cria a energia necessária para obter resultados rápidos.

Desenvolvimento:

Dicas para ser mais dinâmico e inspirar ação:

- **Vela de ignição.** Em situações distintas, quais são seis elementos que o empolgam e inspiram você e outros? Procure por estes elementos e pessoas.
- **Ondas.** Que benefícios pode tirar desta situação ou tarefa? Como pode dar ênfase a estes?
- **Ligue para um amigo.** Se soubesse que outras pessoas estão esperando para te ajudar, que ação escolheria, que risco correria?
- **Hackeie sua vida.** Não espere por uma solução elegante, dê permissão ao seu cérebro para impulsionar sua energia e agir e daí repita o processo para refiná-lo.
- **Meça resultados uma vez.** Você às vezes parte logo para a ação porque é mais confortável/eficiente/poderoso do que discutir e avaliar? Você está considerando as metas imediatas e as oportunidades a longo prazo?
- **UMI.** Para potencializar este grupo, foque na competência emocional de Utilize sua Motivação Intrínseca.



Proatividade



Foco



Resolução de Problemas

Dinamismo: Idealista

Estas três competências nos ajudam a ver e criar o futuro.

- **Visão:** Você usa seus valores como uma estrela-guia para determinar o que é importante.
- **Desenho:** Você considera tanto o longo prazo como sua realidade atual para ter clareza de direção.
- **Empreendedorismo:** Para construir um caminho para sua visão, você vê o futuro e encontra energia para avançar na direção dele.



Visão



Desenho



Empreendedorismo

Desenvolvimento:

Para ter mais eficácia para visualizar e moldar o futuro, experimente estas dicas:

- **Adesivo de para-choque.** Se quisesse comunicar algo ou uma ideia impactante para dez milhões de pessoas que mensagem usaria?
- **Plano ABC.** Considerando os dados analíticos e emocionais, onde você está (ponto A), aonde quer ir (ponto B), e quais são as condições /contexto nas quais está trabalhando/operando (C)? Qual é o caminho adiante mais promissor?
- **Critérios.** Pratique discutir “Quais são os critérios para o sucesso?” Particularmente quando estiver tomando decisões conjuntas, invista 50% do tempo definindo metas compartilhadas.
- **Imagine.** Muitas vezes estamos tão ocupados com o “urgente” que deixamos de dar atenção ao “importante”. Você permite que seu cérebro foque no longo prazo e se concentre na sua visão? Na medida em que olha para o futuro, consegue desenhar um quadro, ter uma narrativa ou enxergá-lo na sua mente?
- **Pés no chão.** Está usando esta habilidade em demasia? Você tem um sonho ao invés de uma visão? Você equilibra ação pragmática com ideais de longo prazo?



- **PMN.** Para potencializar a força deste grupo, desenvolva a competência emocional de Persiga a Meta Nobre.



Sobre esta Pesquisa

As 18 Competências

Como chegamos a estas 18? A Six Seconds publica diversas ferramentas de avaliação (assessments) e avaliamos os resultados de 60.000 pessoas do mundo todo para chegarmos ao modelo dos seis grupos ou “clusters” – Foco, Decisões e Dinamismo. Com base nestes dados, fizemos uma versão piloto do BTP (brain talents profile – perfil dos talentos do cérebro) e testamos com centenas de profissionais. Para refinar ainda mais o modelo, criamos uma nova iteração de nosso processo de construção.

Um passo fundamental foi a leitura, linha por linha, de centenas de comentários feitos para os líderes de alto desempenho. O que os diferencia? O que os faz mais eficazes? Vinculamos então esta análise de textos com os resultados da inteligência emocional destes líderes.

Para depurar ainda mais o modelo, examinamos a metodologia do laboratório da Six Seconds, a Escola Synapse, cuja missão é a de Educar os Agentes de Mudança do Futuro. Identificamos os resultados chave necessários para os Agentes de Mudança e os vinculamos ao modelo. Fizemos o mesmo com as competências chave identificadas pelo autor Tony Wagner em seu livro *Educating Innovators* (Educando Inovadores).

Finalmente, utilizamos um painel de experts em mudança – empresarial, na educação e na vida da rede mundial da Six Seconds – para avaliar competências chave e comportamentos relacionados. Portanto, após múltiplos ciclos de pesquisa, testes, validação e clarificação, o BTP representa um misto de evidência científica e do mundo real.

Foto Instantânea

Graças ao princípio de neuroplasticidade, sabemos que o cérebro se modifica durante toda a vida. Enquanto outras ferramentas oferecem uma visão fixa do indivíduo, o BTP é construído a partir das competências emocionais que podem ser aprendidas durante toda a vida – portanto se você quer fortalecer suas competências você pode!

Lembre-se. Um “App do Cérebro ou “Brain App” se refere a competência não a comportamento. Estes resultados te dão idéia sobre como seu cérebro trabalha e oportunidades para utilizar seus talentos mais completa e eficazmente.



Fazendo Uso de seu Perfil do Cérebro

Três sugestões finais

1 Avalie

O BTP é baseado em sua autoavaliação. Que evidências possui para confirmar ou negar os resultados?

Considere sua “marca registrada”. O que o diferencia? Você vê seus Apps do Cérebro nesta marca registrada? Se não, ou os Apps estão errados ou você não está utilizando estas competências.

Considerando sua carreira e metas de vida, quais Apps são importantes para você? Por exemplo, se sua intenção for a de ser um verdadeiro líder de equipes, é importante ter Apps como Colaboração e Empreendedorismo?

2 Faça o Download e se movimente

Há Apps do Cérebro que você precisa fazer o download – desenvolvendo maior competência de sua inteligência emocional? Como está utilizando as competências atuais que possui?

Utilizamos a metáfora dos Apps para evocar a noção de funções práticas em um smartphone. Para fazer uso de um App de computador, você precisa fazer o download E USÁ-LO. Há alguns Apps de seu cérebro que ainda não está utilizando completa e eficazmente?

Há Apps de seu Cérebro que seria importante você desenvolver/fortalecer?



3

Aprofunde-se

O Perfil de seu Cérebro é um ponto de partida para auxiliá-lo no processo de descoberta e construção de suas competências. Quando estiver pronto para ir mais adiante, veja quatro sugestões abaixo:

Six Seconds – A maior rede global de Inteligência Emocional – tem um website ativo com centenas de artigos sobre emoções e inteligência emocional. Comece a ler! www.6seconds.org

EQ.org é a comunidade de aprendizado sobre inteligência emocional. Seja um membro pagante e tenha acesso a uma enorme biblioteca de recursos, pessoas e projetos nos quais pode participar e aprender-compartilhando.

Temos vários grupos ativos no Facebook e LinkedIn (assim como Twitter feeds e um YouTube channel). Visite www.6seconds.org/connect e se junte a nós!

Entre em contato com o *Grupo Kronberg* para falar nossos Coaches e Treinadores para conhecer nossas soluções de desenvolvimento e programas de coaching transformacional e holístico. Visite www.grupokronberg.com.br; Tel.: 55-11-3841-9598

O Brain Brief Profile é um de vários relatórios disponíveis a partir do SEI (Avaliação de Inteligência Emocional). Na parte inferior de seu perfil está o nome e email de um especialista em Inteligência Emocional (QE) que você pode contatar para obter maiores detalhes e informações. Invista em um processo continuado de coaching e crie um plano para otimizar seus talentos do cérebro.



O Guia dos Talentos do Cérebro oferece uma introdução ao BTP (Perfil dos Talentos do Cérebro) e aos Apps do Cérebro.

O BTP é uma das ferramentas de Inteligência Emocional da Six Seconds:

www.6seconds.org/tools/sei

Adaptado e traduzido pelo Grupo Kronberg.