

07

Vantagens da IE

Veja algumas das principais vantagens que você alcançará ao desenvolver melhor sua Inteligência Emocional:

- Diminuirá os níveis de ansiedade e estresse;
- Diminuirá de discussões nos seus relacionamentos;
- Melhora nos relacionamentos interpessoais;
- Terá mais empatia pelo outro;
- Mais equilíbrio emocional;
- Maior clareza nos objetivos e ações;
- Melhora a capacidade de tomada de decisão;
- Melhora a administração do tempo e produtividade;
- Aumentará o nível de comprometimento com suas metas;
- Terá mais senso de responsabilidade e uma melhor visão do futuro;
- Aumentará a autoestima e autoconfiança.