



Anaie Leite
PSICOTERAPEUTA

**Impactando Pessoas e
Fazendo Bons Negócios**



Quem sou eu?

Sou Anaie Leite, uma eterna aprendiz, que busca diariamente viver a minha melhor versão e contribuir para que as pessoas possam tomar consciência de seu potencial e viver com qualidade, bem estar e saúde emocional.

Atuo com abordagens e ferramentas integradas para que as pessoas identifiquem a origem dos problemas que enfrentam e as estratégias para ressignificá-los.

Desafios para Impactar Pessoas e Fazer Bons Negócios

1

Pensamentos

Crenças Limitantes

2

Sentimentos

Emaranhados Emocionais

3

Comportamentos

Síndrome do Impostor

Crenças Limitantes

Pensamentos negativos e destrutivos sobre si mesmo

Acreditam que não são dignas ou capazes de sucesso

Pauta-se em experiências passadas, como rejeições, críticas ou fracassos

Resistência à mudança, o que desafie ou questione suas opiniões

Dificuldade em considerar diferentes perspectivas

Atribuem características negativas a todas as situações

Algumas Crenças limitantes e seus resultados

Crença	Resultado gerado
Eu nunca serei rico(a).	Autossabotagem financeira e falta de motivação.
Dinheiro é a raiz de todos os males.	Sentimento de culpa ao ganhar dinheiro.
Dinheiro é difícil de ganhar.	Atração de escassez e falta de oportunidades.
Não sou bom(a) com finanças.	Dificuldade em tomar decisões financeiras.
Nunca consigo economizar dinheiro.	Falta de segurança e imprevisibilidade.
Sempre vou ter dívidas.	Medo e ansiedade em relação às finanças.
Não posso ter mais do que tenho.	Limitação de objetivos e sonhos.
Dinheiro é para os outros, não para mim.	Sentimento de inveja e inferioridade.
Não importa o que eu faça, não vou prosperar.	Desânimo e desesperança em relação ao futuro.

Estratégias para Superar Crenças Limitantes

Identificar pensamentos, sentimentos e comportamentos que me limitam e como autossaboto o meu desenvolvimento pessoal e profissional.

Exercício prático para superação de barreiras e desafios pessoais:

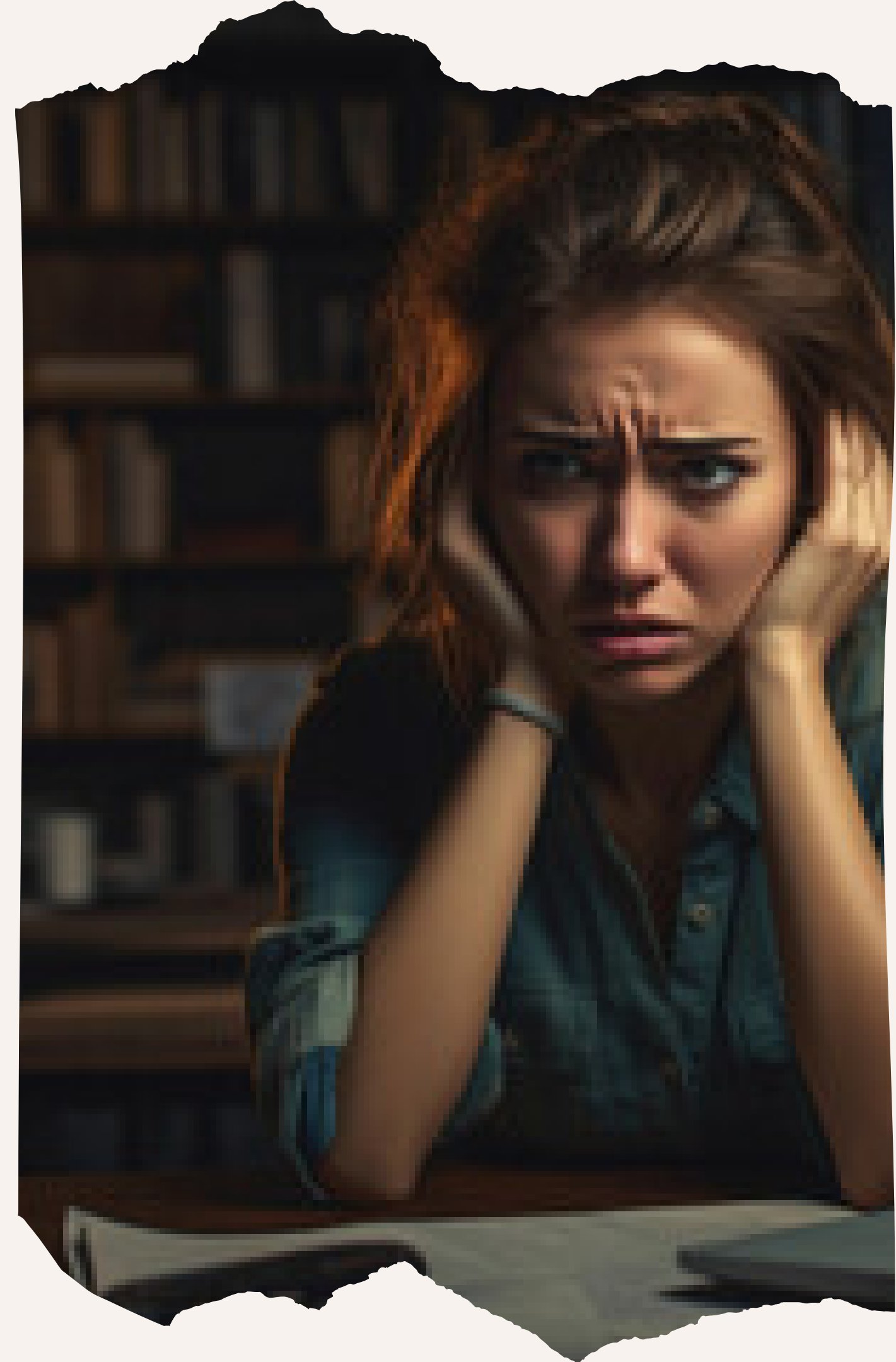
Descrever as questões que estão me travando, analisar se o obstáculo é real ou está relacionado à uma crença limitante e pensar em estratégias para lidar com tal situação da melhor maneira possível.



Emaranhados Emocionais

Ciclos repetitivos de emoções negativas, traumas, conflitos ou experiências passadas que impactam a nossa capacidade de lidar com situações presentes de forma saudável e assertiva.

Levam à uma série de desafios emocionais, mentais e comportamentais que afetam o nosso bem-estar e a capacidade de relacionamento com os outros, comprometendo os nossos negócios.



Como Lidar com Emaranhados Emocionais

→ **Reconheça suas Emoções**

Esteja atento a emoções e padrões de comportamentos que parecem recorrentes

→ **Refleta sobre as Origens**

Tente identificar eventos, traumas, experiências ou opiniões que possam estar na raiz dos sentimentos negativos

→ **Compartilhe suas Emoções**

Busque expressar suas emoções através da fala, escrita, terapia, ou outras formas de expressão criativa

Conhecimento e Equilíbrio Emocional

Quantos de nós temos o conhecimento necessário para atuar em nossa profissão mas questionamos constantemente nossas habilidades, competências e capacidade para colocar em prática?

Se apesar de todo conhecimento adquirido, sente a necessidade de seguir estudando e não se sente seguro e capaz de atuar, pode estar ocorrendo uma situação caracterizada como a síndrome do impostor.

A aprendizagem é um processo contínuo. Aceitar o desconhecido como uma oportunidade de crescimento, acessando os recursos internos e o que é necessário para atuar, alinhado ao equilíbrio emocional é uma maneira eficaz de combater a síndrome do impostor.



Como Impactar Pessoas

→ Clientes

- ✦ Ouça atentamente para entender suas necessidades, desejos e objetivos
- ✦ Comunique-se de forma clara e regular
- ✦ Demonstre empatia em relação aos desafios e preocupações dos clientes

→ Colegas

- ✦ Construa parcerias bem sucedidas e oportunidades de negócios
- ✦ Esteja disposto a ouvir e aprender com eles
- ✦ Estabeleça uma relação de respeito mútuo e um ambiente de trabalho saudável

→ Parceiros

- ✦ Desenvolva uma rede de parceiros de negócios que envolva a sua área de atuação
- ✦ Mantenha relacionamentos com parceiros de negócios à longo prazo
- ✦ Se torne uma referência em sua área de atuação
- ✦ Construa oportunidades contínuas de negócios

Como Fazer Bons Negócios

- ✦ Compreenda e respeite o outro a partir de suas perspectivas e sentimentos
- ✦ Escute atentamente o que outra pessoa está dizendo
- ✦ Analise a situação com foco na resolução
- ✦ Estabeleça uma comunicação assertiva
- ✦ Construa um ambiente de respeito mútuo
- ✦ Transmita segurança, integridade e responsabilidade
- ✦ Construa uma rede de apoio e relacionamentos de confiança e profissionalismo
- ✦ Familiarize-se com os códigos de conduta profissional e legislações

Ser uma corretora de imóveis bem-sucedida vai além de fechar negócios.

É sobre construir relacionamentos, lidar com o estresse, aprender continuamente e manter o equilíbrio entre trabalho e vida pessoal.

Investir em sua própria qualificação e equilíbrio emocional não apenas aprimorará sua carreira, mas também garantirá um maior impacto na vida das pessoas que você atende.





Anaie Leite

Psicoterapeuta



@cafeterapeutica

✦ Obrigada!



www.cafeterapeutica.com.br



cafeterapeutica@gmail.com



71 99737-0742 e 71 98183-1379