

Demonstrativo do Material Didático

Este é um pequeno demonstrativo do material didático "O Animal Emocional". Este material foi preparado para acompanhar o seminário "A Empresa Emocional", que é ministrado para grupos fechados dentro de empresas. Acesse a página <http://www.intelliwise.com/seminars/emot.htm> para conhecer mais sobre isto. O material condensa de forma visual e objetiva alguns dos principais tópicos relacionados às emoções humanas. Este demonstrativo serve para você ter uma idéia de como é feita a exposição dos assuntos.

**Este arquivo pode ser distribuído livremente,
contanto que não seja modificado nem vendido**

Nas próximas três páginas você verá três dos cerca de 28 slides que compõe este material, em formato idêntico ao do arquivo original. Após essas páginas, você verá algumas outras transparências em formato reduzido (podem ser melhor observadas se forem impressas).

Para maiores informações sobre outras
Publicações Digitais Intelliwise veja esta página
<http://www.intelliwise.com/digital>

Este seminário pode ser proferido para um grupo fechado
em sua empresa. Acesse a página abaixo para mais informações
<http://www.intelliwise.com/seminars>

Se precisar de esclarecimentos adicionais, basta consultar o
Instrutor Sergio Navega snavega@attglobal.net

O Animal Emocional

Conteúdo

- ☀️ Diversas Psicologias Para Uma Emoção Só
- ☀️ Revendo o Behaviorismo
 - ⦿ Considerações Sobre Punição
- ☀️ A Psicanálise de Freud
 - ⦿ Mecanismos de Defesa
- ☀️ A Psicologia Humanística
 - ⦿ Auto-Realização de Maslow
 - ⦿ Auto-Estima Segundo Rogers
- ☀️ Teorias Antigas da Emoção
- ☀️ Origem Evolutiva das Emoções
- ☀️ Emoções na Neurociência Cognitiva
 - ⦿ Sistema Límbico e Amígdala
 - ⦿ Cognição Versus Emoção
 - ⦿ Cérebros Reptilianos, Emocionais e Racionais
- ☀️ Conclusões: Usando Bem As Emoções

Psicanálise

Mecanismos de Defesa e Expressão

Objetivo: defender o Ego dos ataques de várias frentes e expressar as energias dos instintos

Freud identificou
17
mecanismos de defesa!

Sublimação

Redirecionamento da energia sexual ou agressiva para novos propósitos, em geral de ordem mais elevada (atividades artísticas, trabalho intelectual, eventos culturais, atividades altruísticas, etc). É considerada a única estratégia que realmente resolve o problema, as demais impedem a livre expressão das necessidades instintivas.

O rio que devasta canalizado por barragens e desviado de forma útil

Milionário fazendo doações vultosas; enfermeiras por vocação; dono de empresa que agressivamente produz o progresso

Repressão

Afastamento de determinada coisa do pensamento consciente. Segundo Freud, isto não resolve a expressão da necessidade, pois o elemento ainda faz parte da psique, embora inconscientemente. A repressão pode demandar grande gasto de energia para ser efetivada (e também mantida).

cansaço excessivo, fobias, úlceras; hostilidade e amor à mesma pessoa

Negação

Tentativa de não aceitar um fato que esteja perturbando o Ego. Fantasia-se que certos acontecimentos não ocorreram, quando na verdade ocorreram.

Julgamento de vizinha acusada de danificar um vaso: "Eu nunca pedi emprestado o vaso; além disso, ele já estava lascado quando peguei e eu devolvi em perfeito estado"

Racionalização

Processo de achar motivos aceitáveis para ações ou pensamentos inaceitáveis. Usa-se a lógica para formar uma explicação consistente, mas justificando um sentimento ou motivação problemática.

"Só estou fazendo isto para seu próprio bem" (mas quero que você sofra um pouco)

Vivências Ideais, Segundo Humanistas

Experiências Culminantes ou "de Pico"

Provocadas por intensos sentimentos de amor, exposição à arte, música ou a vivência da beleza da natureza ou experiências místicas. São relativamente raras, são momentos de êxtase onde estamos profundamente envolvidos e excitados com nossa absorção pelo mundo

Não é daquele "pico" que estou falando!

Pai vê filho recém nascido pela primeira vez
Respirar o ar puro da praia em um dia tranquilo
Sensação de beleza e grandiosidade perante o universo
Intensas e de curta duração

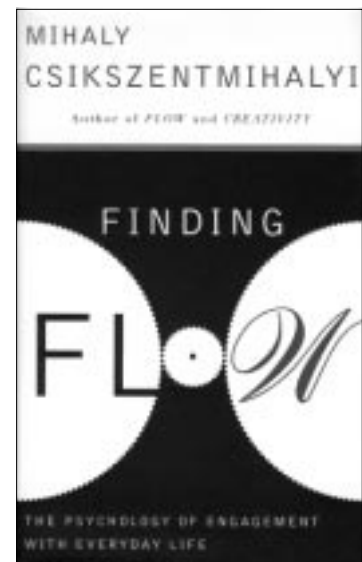
Experiências "de Platô"

Menos intensas, mas mais duradoras do que as de Pico. Maslow descobriu isso por experiência pessoal. Após ter tido um ataque cardíaco, ele disse: "Se eu pudesse dizer a uma pessoa somente uma coisa, diria para ela viver cada dia como se fosse o último de sua vida"

Mihaly Csikszentmihalyi **FLOW**

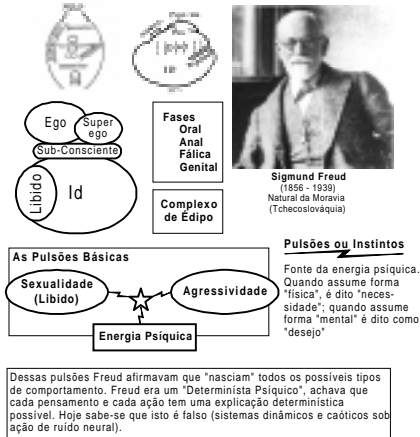
Personalidade Autotélica: Fazer as coisas por causa delas mesmas, obter satisfação na própria experiência de fazê-las, não no objetivo alcançado por fazê-las. Jogar xadrez por prazer.

Exotélica: Jogar xadrez para obter melhor classificação em um campeonato mundial



Maslow: A Hierarquia de Necessidades Básicas

A Psicanálise de Freud



Psicanálise É Polêmica

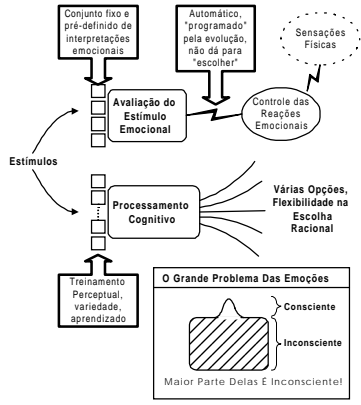
A psicanálise tem sido frequentemente objeto de ironias e críticas.

Nessas circunstâncias, Sr. Jones, terei que cobrar um pouco mais

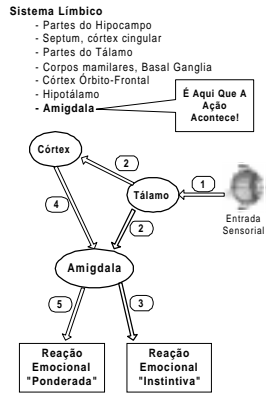
Ao saber que seus livros estavam sendo queimados pelos nazistas, Freud disse:
"É um progresso o que está se passando. Na Idade Média, eles teriam jogado a mim na fogueira..."

A Piada dos Psicanalistas
Dois psicanalistas conversavam. Um deles dizia que outro dia havia cometido um típico ato falho. Estava jantando com sua mãe e queria que ela lhe passasse o sal. Disse-lhe então: "Sua vagabunda, você destruiu totalmente minha vida"

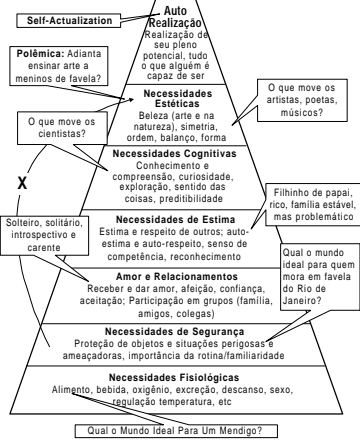
Cogição Versus Emoção



Sistema Límbico e Ação da Amígdala



A Hierarquia das Necessidades



A Psicologia Humanística de Maslow

Psicologia Humanística
Variante Existencial (Rollo May 1909-1994)

Menos	Mais
- Genes	Capacidade única de moldar nosso próprio futuro, livre arbítrio
- Experiências Passadas	
- Conflitos Inconscientes	
- Neuroses, desajustamentos	Doenças de Carência

Abraham Maslow
(1908 - 1970)

1. Iniciou influenciado por Freud, convencido de que energia sexual era determinante importante para o comportamento humano
2. A partir da 2ª Grande Guerra Mundial, deslocou-se da Psicologia Experimental para a Psicologia Social
3. Segundo Maslow, Psicanálise era boa para entender as distorções e fraquezas do comportamento humano, mas não era satisfatória para explicar as coisas que dão orgulho e sentido à vida humana, omitindo-as ou tratando-as como originárias de patologias
4. Foi influenciado pela Gestalt, onde preocupou-se em observar o ser humano como um todo, um organismo onde cada parte é importante para a significação global

Psicanálise	Humanismo
Instintos, sexualidade, agressividade, neuroses, repressão, experiências traumáticas, complexo de Édipo	Investiga origem da felicidade, tranquilidade, alegria, brincadeiras, jogos, divertimentos; essência dos seres humanos é boa
Pessimista	Otimista