

com técnicas para ajudar o esportista a incrementar sua motivação e capacidade de superação, aumentando a busca pelo êxito e diminuindo os temores do fracasso, de modo que seu estado psicológico lhe permita potencializar o rendimento.

A linha que distingue o grau de competitividade de um atleta com o grau de agressividade é tênue e, é regulada pelo código de conduta ou regras do jogo. Portanto, o comportamento competitivo é fundamental e esperado, desde que o atleta consiga exercer o domínio e autocontrole de forma consciente e estratégica. Essa situação exige conhecimento da legislação esportiva, autodomínio emocional e estratégia de jogo.

Ansiedade



Importância + Incerteza Resultados

Pensamentos Temporários

Ansiedade Produtiva
"Friozinho na Barriga"

Ansiedade Improdutiva
Nervosismo/Preocupação

FRUSTRAÇÃO

EXPECTATIVA - RESULTADO

Origem = Decepção

"A maior parte dos comportamentos agressivos se originam da frustração"



PH&T
Performance Humana & Tecnologia

Quem Somos

Somos uma Academia Emocional que busca o crescimento pessoal e profissional, através do treinamento mental.

Palestras - Temas

Competência Emocional

Competência Empresarial

De Bem com a Vida!

Desafio Olímpico

Divas: O Reencontro

Liderança de Resultados



Suzy Fleury CRP-06/24888-4

Consultora Empresarial e Esportiva

Psicóloga, UNIP (1985); Pós Marketing, ESPM (1999); Mestrado Psic.do Esporte, U.A.Madri (2004). **Autora do Livro:** "Competência Emocional"

Participa de Convenções de Vendas,

Encontros Empresariais e Programas de Qualidade de Vida.

Cientes: Acav, Abril, Alcoa, Aventis, Banco Brasil, B. Boston, B. Itaú, B. Santander, Basf, Bayer, Camil, Credicard, Duratex, DuPont, Ford, GM, Globo, IBM, INAL, Itaotec-Philco, J&J, Keiper, Michelin, Nestlé, OESP, Pão de Açúcar, Petrobras, Philips, Roche, SulAmérica, Tecnisa, Telefônica, Telemar/Oi, 3M, 20th C. Fox, Unibanco, Unilever, Unimed, Volkswagen, Wizard, Xerox e outras.

Trabalhou na: Seleção Brasileira Profissional e Olímpica de Futebol Masculino, Corinthians, Palmeiras, Santos, S. Paulo, Atlético-PR, Atlético-MG e Goiás.



PH&T

Rua Apinagés, 1.100, conj. 105

(esquina com Rua Prof. Alfonso Bovero, 600)

V. Pompéia - S. Paulo - Brasil - CEP 05017-000

Fone: (11) 3873.1547 - Fax: (11) 3873.1573

Site: www.suzyfleury.com.br

Email: suzyfleury@suzyfleury.com.br

PH&T

Performance Humana & Tecnologia

Suzy Fleury



COMPETITIVIDADE

Treinando Emoções Melhorando Resultados

