



Nanci Azevedo Cavaco

Aumente sua

Inteligência

*A Ciência ensina como
você pode treinar
seu cérebro e aumentar
seu controle emocional*



Editora Ferreira

Resumo de Aumente Sua Inteligencia

Até pouco tempo a inteligência de uma pessoa era avaliada pelo raciocínio lógico e habilidades matemáticas e espaciais (QI). Entretanto recentes pesquisas cerebrais e comportamentais mudaram esse paradigma apresentando uma visão múltipla da mente.

Ao se ampliar o conceito de inteligência única para o de um conjunto de capacidades é possível compreender por que algumas pessoas de QI alto fracassam e outras cujo quociente é mais modesto têm uma trajetória de vida de sucesso.

Nesse sentido esse livro permite ao leitor entender o mecanismo da inteligência e principalmente aprender como desenvolvê-la e potencializá-la tanto através de recursos para otimizar a capacidade do cérebro (como os estilos e processos de aprendizagem e os mapas mentais) quanto pelos meios de fortalecer a motivação e a Inteligência Emocional.

A autora também traz diversos testes e exercícios que se destinam a avaliar de forma global a Inteligência e ampliar as habilidades a ela correlacionadas tais como autoconsciência controle de impulsos persistência mediante frustrações empatia habilidade social e engajamento em objetivos.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)