

Como Reduzir o Stress Organizacional



PRIMEIRO LUGAR NA LISTA DO *THE NEW YORK TIMES*

10% MAIS FELIZ

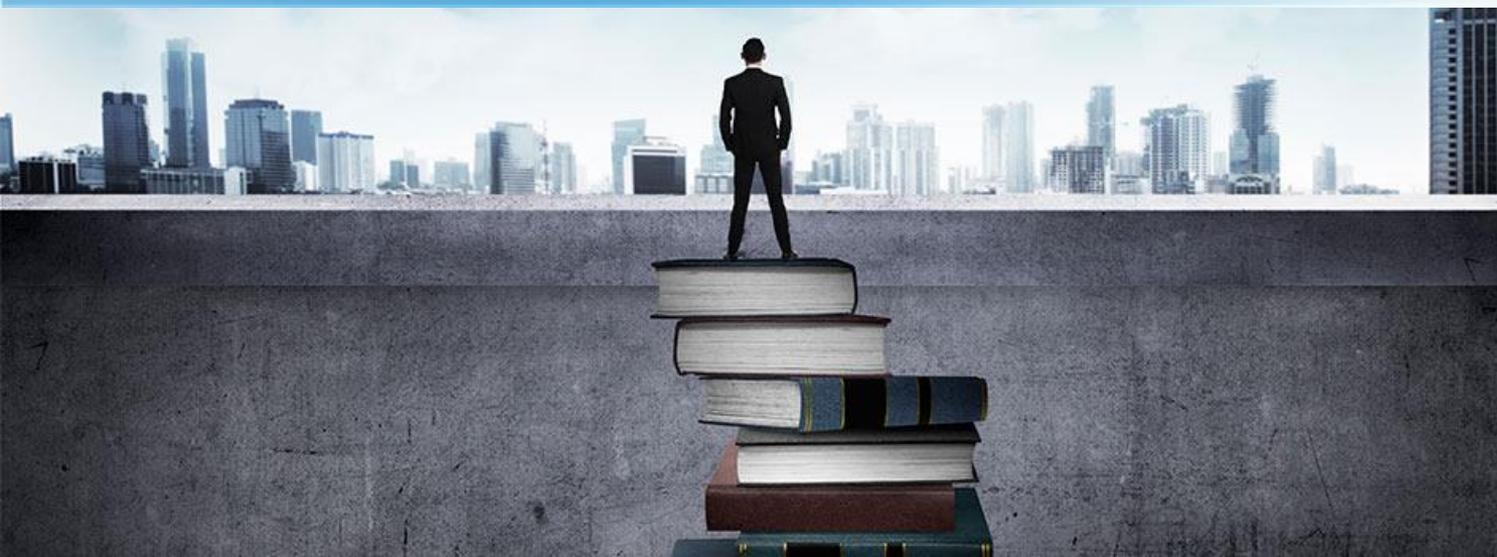


COMO APRENDI
A SILENCIAR A MENTE,
REDUZI O ESTRESSE
E ENCONTREI O CAMINHO
PARA A FELICIDADE –
UMA HISTÓRIA REAL

DAN HARRIS

"Este é o melhor livro sobre meditação para os não iniciados,
os céticos e os curiosos."
– DANIEL GOLEMAN, autor de *Foco*

Baseado no livro
10% mais Feliz – Dan
Harris.




Qualificar
CONSULTORIA E TREINAMENTO LTDA

| Tema | Como Reduzir o Stress Organizacional. |
|------|--|
| 01 | O Poder destruidor do pensamento negativo na empresa. |
| 02 | Razões egoístas para não ser um profissional nota 10. |
| 03 | Como ser 10% mais feliz na função que atua todos os dias. |
| 04 | Como eliminar o excesso de ontem. |
| 05 | Como eliminar o excesso de amanhã. |
| 06 | Como focar no hoje para entregar um trabalho essencial. |
| 07 | Como reduzir os turbilhões de pensamentos diários que nos tiram do foco principal. |
| 08 | Como desenvolver capacidades e habilidades para entregar mais na função. |
| 09 | Fome de ar e de dar o melhor para uma entrega campeã. |
| 10 | Derrotando a insegurança. |
| 11 | Novos aprendizados na função antiga e nova. Reinvenção e Criatividade. |
| 12 | Como é possível parar de pensar pra focar. |
| 13 | Quebrando as crenças limitantes. |
| 14 | Quebrando a improdutividade pela Ação. |
| 15 | O sucesso da empresa e do colaborador que trás o sucesso do cliente. |
| 16 | Fechamento com Avaliação de reação individual. |



Público Alvo: Todos da Empresa ou Evento Aberto
Adaptação para Líderes ou Outros setores da empresa.

Duração: 03:00hs para treinamento e 01:00h para palestra.

Total de 04 módulos de 3:00hs cada = 12 horas

Incluso: Material didático e certificação.

www.qualificarrh.goiania.br

Professores Palestrantes Cadastrados: Vide link abaixo
<https://www.qualificarrh.goiania.br/nossos-professores>

62 - 3921-5015

62 - 9 8193-9977

Nossa Missão: Qualificar!

