



Muitos dos esforços que desenvolvemos em prol do nosso sucesso ou da nossa felicidade seguem o "Padrão do Pedregulho", aquele que empurramos montanha acima e que, quando estamos prestes a atingir o topo, rolam montanha abaixo até ao ponto de partida.

O que faz com que aquela perturbadora e ansiosa voz interior continue a ressoar nas nossas mentes ao tentarmos adormecer, condenando as nossas noites à insónia? O que faz com que as novas competências de liderança adquiridas em ações de formação deem rapidamente lugar aos nossos velhos hábitos?

A razão pela qual esmorecem muitos dos nossos esforços, em prol da concretização do sucesso ou da conquista da felicidade, reside no facto de nos sabotarmos. Na verdade, o agente sabotador é a nossa mente e as consequências são tremendas. A maioria dos seres humanos desperdiçam energia vital em ciclos sabotadores viciosos.

Conteúdo Programático:

- 01 > Definição do que é a inteligência positiva e o quociente positivo
- 02 > Identificação dos “sabotadores” presentes em cada individuo
- 03 > Estratégias de incrementação do seu QP

Formador | Filipa Jordão

Data | 27 de maio de 2020

Horário | 16h00 às 18h00

Local | Plataforma Microsoft TEAMS

