

Gerenciamento da disposição no trabalho

Uma perspectiva inovadora para você aprender a otimizar o uso da disposição pessoal para melhorar sua produtividade profissional.

Objetivos educacionais

- Entender como a disposição varia ao longo do dia e como isso pode ser utilizado para melhorar o desempenho.
- Empregar estratégias práticas que aumentam a disposição e a produtividade.
- Mitigar ações que impactam negativamente na produtividade pessoal e profissional.
- Reconhecer a relação entre trabalho e vida e como isso se conecta com a realização profissional e pessoal.
- Colaborar com a empresa, com o líder e com a equipe na construção de um ambiente propício à produtividade.
- Compreender como certas crenças podem favorecer ou desfavorecer sua motivação e seu desempenho.
- Diminuir a energia investida na solução de urgências ou em práticas que não agregam valor.
- Utilizar estratégias de autocontrole para eliminar/mitigar hábitos que geram indisposição e para empreender comportamentos que geram disposição.
- Utilizar estratégias de gerenciamento para melhorar a disposição.

Conteúdo programático

- Gerenciamento das atividades X Gerenciamento da disposição
- Relação entre disposição e a identidade pessoal
- Missão de vida
- Relação entre disposição e a esfera social em que se vive (principalmente a esfera profissional)
- A disposição ao longo do dia e como tirar melhor proveito disso
- Motivação X Produtividade
- Estratégias para aumentar e otimizar a disposição
- Pausas produtivas

**Conteúdo
programático**

- Vampiros da disposição
- As 4 perspectivas de influência da disposição (incluindo autoavaliação)
- Corresponsabilidades da empresa, do líder e do colaborador na manutenção de um ambiente propício à disposição (protagonismo)
- Animando-se para fazer o que não se quer
- Autoavaliação da tríade do tempo no trabalho (exclusivo)
- A tríade do tempo ideal e como começar a construí-la
- Como evitar o desperdício de energia com atividades urgentes e circunstanciais
- Conceituação de autocontrole
- Estratégias e táticas de autocontrole
- Estratégias de gerenciamento (avaliação, metas, planos de ação e ciclo PDCA)
- Quando o autocontrole deixa de ser necessário (recompensas naturais)

Carga horária 8 horas.**Facilitador**

Felipe Achete, psicólogo, com especialização em Administração de Empresas (FGV) e Design Instrucional (SENAC). Designer Instrucional certificado pela Associação Brasileira de Treinamento e Desenvolvimento (ABTD). É diretor da empresa que leva seu nome, a qual é especializada no desenvolvimento de competências comportamentais voltadas à produtividade pessoal e profissional.

Em sua carreira, treinou milhares de pessoas e projetou recursos que facilitaram a aprendizagem de inúmeras outras. Entre as empresas que atendeu, encontram-se Sony, Itaú, Siemens, Extra, Embratel, Bradesco, O Boticário, Liberty Seguros, Johnson & Johnson, NET, Parmalat, Centauro e Claro.

**Entre em contato e solicite um orçamento** (11) 97300-1969 felipe@felipeachete.com.br www.felipeachete.com.br