



**CATH**  
CLÍNICA DE TERAPIAS NATURAIS

# **Treinamento Motivacional**

**Qualidade de Vida nas Empresas**

**APRESENTAÇÃO DO PROJETO**

**CATH – Clínica de Terapias Naturais**  
Rua Thomaz Nogueira Gaia 469 – Jd. São Luiz  
Cep: 14020-220 Ribeirão Preto – SP

Fones: (16) 3911-2055 / 3011-2365

Site: [www.cath.com.br](http://www.cath.com.br)  
E-mail: [cath@cath.com.br](mailto:cath@cath.com.br)

## **Treinamento Motivacional - Qualidade de Vida nas Empresas**

### **Relações Interpessoais**

Geralmente os seres humanos vivem, agem e reagem com seus impulsos em diferentes situações, normalmente de maneira única e individualizada. Cada um acaba resolvendo seus problemas conforme as suas experiências e suas crenças. As pessoas seguem seus impulsos de acordo com o seu grau de maturidade, aprendizado e sabedoria.

Sempre que um grupo se estabelece, os integrantes trazem consigo necessidades interpessoais específicas. É importante que essas pessoas encontrem o sentimento de compartilhar para que atinjam resultados saudáveis e eficazes em suas produções diárias. O sentimento de compartilhar só é autêntico se baseado no autoconhecimento e no respeito à individualidade de cada membro do grupo.

*A base do relacionamento Interpessoal está no autoconhecimento...*

Se existir em um grupo a preocupação e o cuidado de aprimorar as habilidades no relacionamento interpessoal, os resultados obtidos poderão gerar condições favoráveis para o trabalho em grupo e um clima de confiança entre os participantes, permitindo que a qualidade de vida dos integrantes seja cada vez melhor.

O crescimento do potencial humano e a melhoria contínua da qualidade de vida de uma equipe de trabalho geram colaboradores e não simplesmente trabalhadores.

### **Objetivo geral**

Direcionar dinâmicas e reflexões com base no autoconhecimento, desenvolvimento das relações interpessoais, favorecimento para aprendizagem de comportamentos assertivos e possibilidade de expressão das habilidades e sensibilidade, com o objetivo de melhorar a saúde emocional, física e energética de cada integrante.

Algumas empresas hoje valorizam o crescimento do potencial humano e a melhoria contínua da qualidade de vida de seus funcionários. É possível observar que a grande maioria dos trabalhadores vive mais tempo em seus trabalhos do que em seus lares e essa condição torna necessário que essas pessoas estejam saudáveis em seu ambiente de trabalho.

### **Objetivos específicos**

- desenvolver o autoconhecimento
- facilitar o trabalho em grupo
- facilitar a administração de sentimentos
- desenvolver a reflexão
- desenvolver as relações intra e interpessoais
- trabalhar a empatia

### **Público-Alvo**

As dinâmicas são voltadas para pessoas que desejam ampliar seu autoconhecimento, desenvolver seu potencial de comunicação e que desejam refletir sobre o seu papel pessoal e profissional.

*"A mente que se abre a uma nova idéia, jamais voltará ao seu tamanho original."*

**Albert Einstein**

### **Operacionalização**

Através de dinâmicas de grupo, relaxamentos e atividades para reflexão, os facilitadores conduzirão as pessoas para uma melhor compreensão de si mesmas e de seus papéis dentro da equipe.

### **Recursos Materiais e Financeiros**

Para a sustentabilidade do projeto, a Empresa deve disponibilizar a seguinte infra-estrutura:

- uma sala com a disponibilidade de tamanho ideal para a acomodação dos componentes do grupo;
- cadeiras e colchonetes
- um aparelho de som
- um data-show
- televisão e vídeo (DVD)
- flip-chart ou quadro de anotações

### **Investimento**

Valor mensal: R\$110,00 por pessoa

Este valor pode ser negociado de acordo com o número de participantes da Empresa, sendo acertado em forma de mensalidade em data combinada com o contratante.

### **Tempo de Duração**

O tempo médio previsto para a realização de cada encontro é de 1 hora e 30 minutos, sendo realizado uma vez por semana.

A previsão do projeto é de 6 meses, podendo ser ampliado conforme as necessidades da Empresa frente aos resultados obtidos.

*Contamos com Profissionais altamente qualificados com técnicas atualizadas no Brasil e no Exterior.*

\*\*\*\*\*