

WORKSHOP

Resiliência para Adversidades da Vida





O QUE É?

Um workshop que ensina práticas simples e adequadas para conhecer e exercitar a resiliência frente às adversidades e ser mais fortalecido nas áreas essenciais da vida.



POR QUE FAZER?

Existem situações em que o stress empobrece as alternativas de superação dos desgastes que os desafios e as adversidades causam.



Temos visto que, desenvolver a resiliência nos leva a fortalecer áreas da vida que estão em vulnerabilidade e desequilíbrio.



Se fortalecer na resiliência pessoal é um meio seguro de superar o stress e qualificar-se quanto estratégias, criatividade, forças e determinação, elevando o desempenho e qualidade na vida.





ATIVIDADES



#1 RESILIÊNCIA E O PRAZER DE VIVER

Oficina debatendo as
possibilidades de
potencializar o prazer de
viver com resiliência



#2

RESILIÊNCIA E NOSSOS SONHOS

Atividade prática com
resiliência gerando
visibilidade aos
sonhos pessoais



#3

RESILIÊNCIA E AUTOREALIZAÇÃO

Exercício vivencial de
resiliência sobre como
elevar o senso de
realização pessoal

A photograph of George Barbosa, a man with glasses and a dark suit over a light blue shirt, smiling and speaking to an audience. In the background, two women are visible, also looking towards the speaker. The setting appears to be a professional event or seminar with large windows in the background.

Professor

George Barbosa é Pedagogo, Doutor em Psicologia (PUC/SP), Diretor Científico da SOBRARE e Professor da Fundação Vanzolini. Coach certificado na modalidade de Coaching de vida e associado à International Coach Federation (ICF) e acreditado pleno na International Society for Coaching Psychology (MISCP). Leader Trainer do Coaching em Resiliência na SOBRARE. Formado em desenho da figura humana no MAM – SP.

www.georgebarbosa.com.br

CARGA HORÁRIA DE 08H



DIA 07 DE NOV/2014
14h00 ÀS 22h00



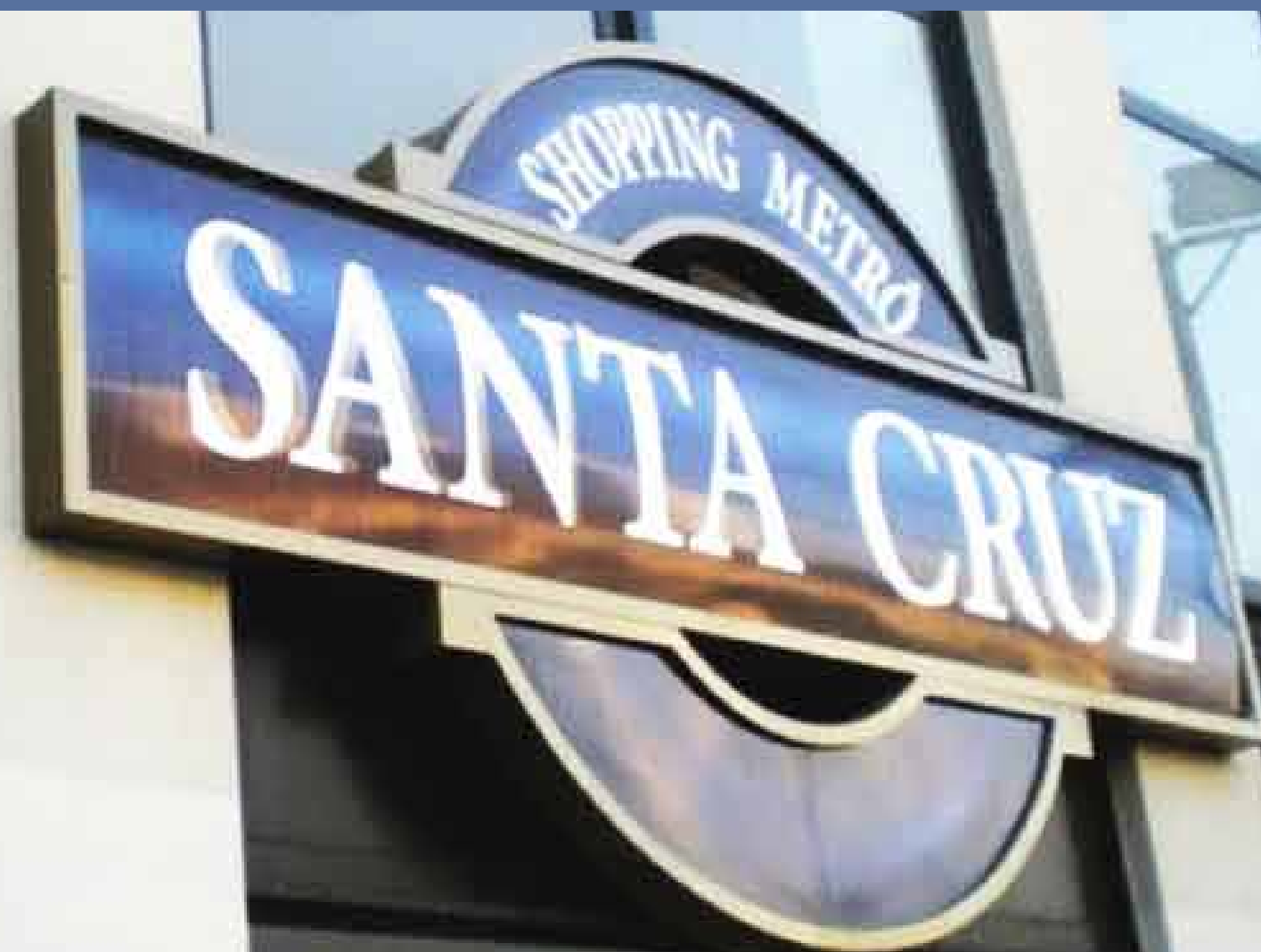
VALOR

R\$ 520,00

Pagamentos em: Cartões de crédito e Boleto bancário

LOCAL

**São Paulo - Vila Mariana - Rua Tenente Gomes Ribeiro, 57
Ao lado do Metrô - Santa Cruz**



INFORMAÇÕES



SOBRARE

SOCIEDADE BRASILEIRA DE RESILIÊNCIA

WWW.SOBRARE.COM.BR

WWW.CONGRESSODERESILIENCIA.COM.BR

faleconosco@sobrare.com.br

(11) 5549-2943