

DICAS DO RH

Como ser resiliente no ambiente de trabalho

Cultive o otimismo.

Reescreva a sua própria história.

Lide melhor com o estresse.

Apoie os outros.

Saia da sua zona de conforto.

COMPETÊNCIAS RELACIONADAS COM A RESILIÊNCIA

ADAPTAR
CONTROLAR

AUTOCONTROLE

ACREDITAR
APRENDER

AUTOCONFIANÇA

COMPARTILHAR
RELACIONAR

CONQUISTAR E
MANTER PESSOAS

ANTECIPAR
NEGOCIAR

ANÁLISE DO
CONTEXTO

INFLUENCIAR
CRIAR

EMPATIA

MOTIVAR
INOVAR

OTIMISMO

FLEXIBILIZAR
CONHECER

LEITURA CORPORAL

VALORIZAR
RECONHECER

SENTIDO DE
VIDA

www.sobrare.com.br

youtube.com.br/Sobrare

ANIVERSARIANTES do Mês

28/10 - ISABELA SILVA (SAF)

DICA DE LIDERANÇA

Aprenda a lidar com críticas

DATAS

12/10 Feriado
20/10 Adiantamento

CURTINHAS

Trabalhe a inteligência emocional

"Eu não sei o que quero ser, mas sei muito bem o que não quero me tornar."
Friedrich Nietzsche