

# Programa de gerenciamento: Pensamento e emoção



**Controle emocional e o treino para o SUCESSO individual!**

**O fortalecimento da mente para atingir resultados.**

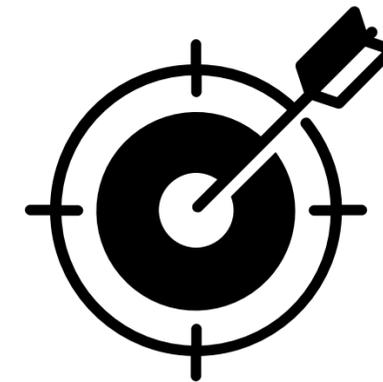
# PARA QUEM?

## Para pessoas que:



Buscam realização de seus objetivos pessoais, como emagrecimento, bem-estar, rotina, organização financeira, relacionamentos, entre tantos outros motivos.

Buscam realização profissional, transição de carreira, definição de carreira, promoção de cargos, etc.

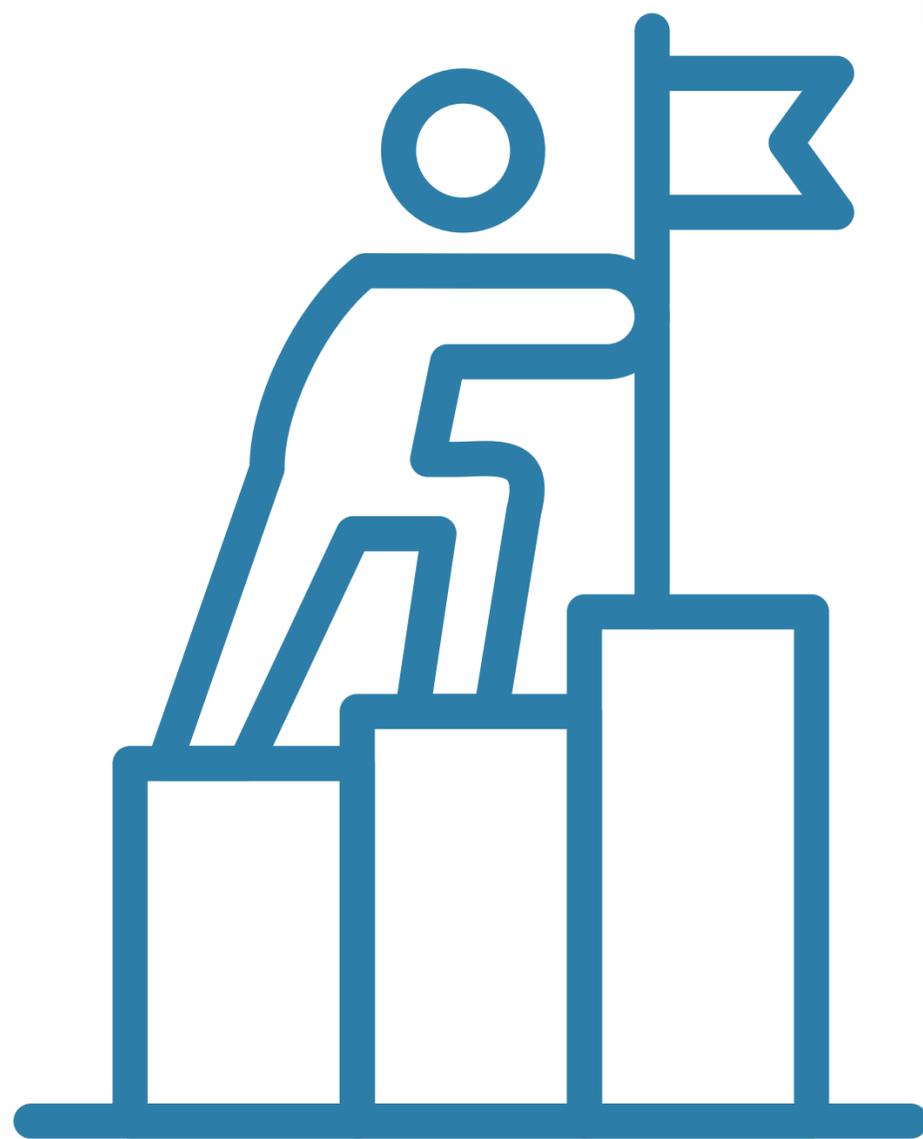


Para gestores, líderes que precisam de ferramentas aplicáveis à equipes e colaboradores.

Para atletas que buscam melhores performances de atuação.



**Estratégias de prevenção e fortalecimento para alcançar resultados de acordo com objetivos pessoais.**



**Intervenções direcionadas aos motivos identificados que atrapalham o alcance de objetivos e até mesmo de pequenas realizações.**

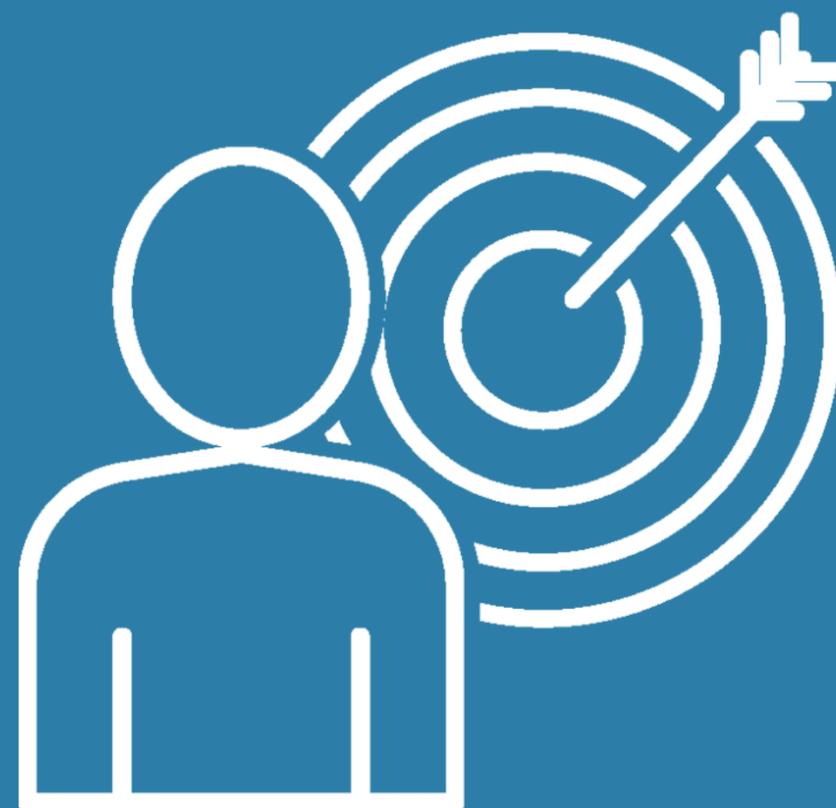
**Técnicas direcionadas à Saúde Mental e Emocional, nos eixos de autoconhecimento, como base para o processo de gerenciamento de seus pensamentos e emoções, por meio de sua história e padrão de funcionamento.**



**O autoconhecimento para que o indivíduo alcance o autocontrole para relações mais saudáveis consigo, com o outro e com o meio. A autorregulação emocional para a regulação de pensamentos, emoções e ações mesmo em meio a adversidades e problemas de variadas ordens.**

*O fortalecimento da mente para atingir resultados.*

**O programa de fortalecimento da mente, no gerenciamento de pensamento e emoções contribui para desenvolvimento de vidas mais saudáveis, para comunicações mais assertivas, para pessoas que querem alcançar seus objetivos, obter promoções, melhorar sua performance em ambientes de competições individuais e coletivas.**



# Aplicadores:

**Patrícia Monfredine**

Possui graduação em Letras -Língua Portuguesa e Pedagogia, pós graduação em Psicopedagogia e cursos de aprofundamento em Alfabetização, leitura e escrita. Atua na área da Educação há 18 anos e na área clínica, em atendimentos voltados à aprendizagem há 4 anos. Já atuou em projeto social na área pedagógica com adolescentes e jovens . É autora de material socioemocional da Editora Poliedro. Sócia Proprietária da Clínica Monfredini de desenvolvimento humano em Jacareí/SP.



**Alex Monfredini**

Possui graduação em Psicologia, pós graduação em Psicopedagogia e Psicomotricidade, pós graduação em Neuropsicologia, curso de extensão em Reabilitação Cognitiva e em curso de graduação em Medicina Tradicional Chinesa. Atua há 13 anos na área clínica, sendo os últimos 4 anos como sócio-diretor na Clínica Monfredini de desenvolvimento humano em Jacareí/SPs. Já atuou em projetos sociais na área Psicossocial com adolescentes e jovens e na área da Educação e é autor de material socioemocional da Editora Poliedro.



# Vamos trabalhar juntos?



**Site**

[www.clinicamonfredini.com.br](http://www.clinicamonfredini.com.br)

**Telefone**

(12) 98123-1763

**E-mail**

[contato@clinicamonfredini.com.br](mailto:contato@clinicamonfredini.com.br)

**Siga**

[@clinica.monfredini](https://www.instagram.com/clinica.monfredini)