

1º RGD

INSTALAÇÃO DO
GABINETE DISTRITAL

AL 2025-2026



CONHECER - EVOLUIR - PROMOVER

DISTRITO LC 11





PALESTRA MOTIVACIONAL

Controle e Mudança!!!!!!

Palestrante: Sebastião Francisco Silva

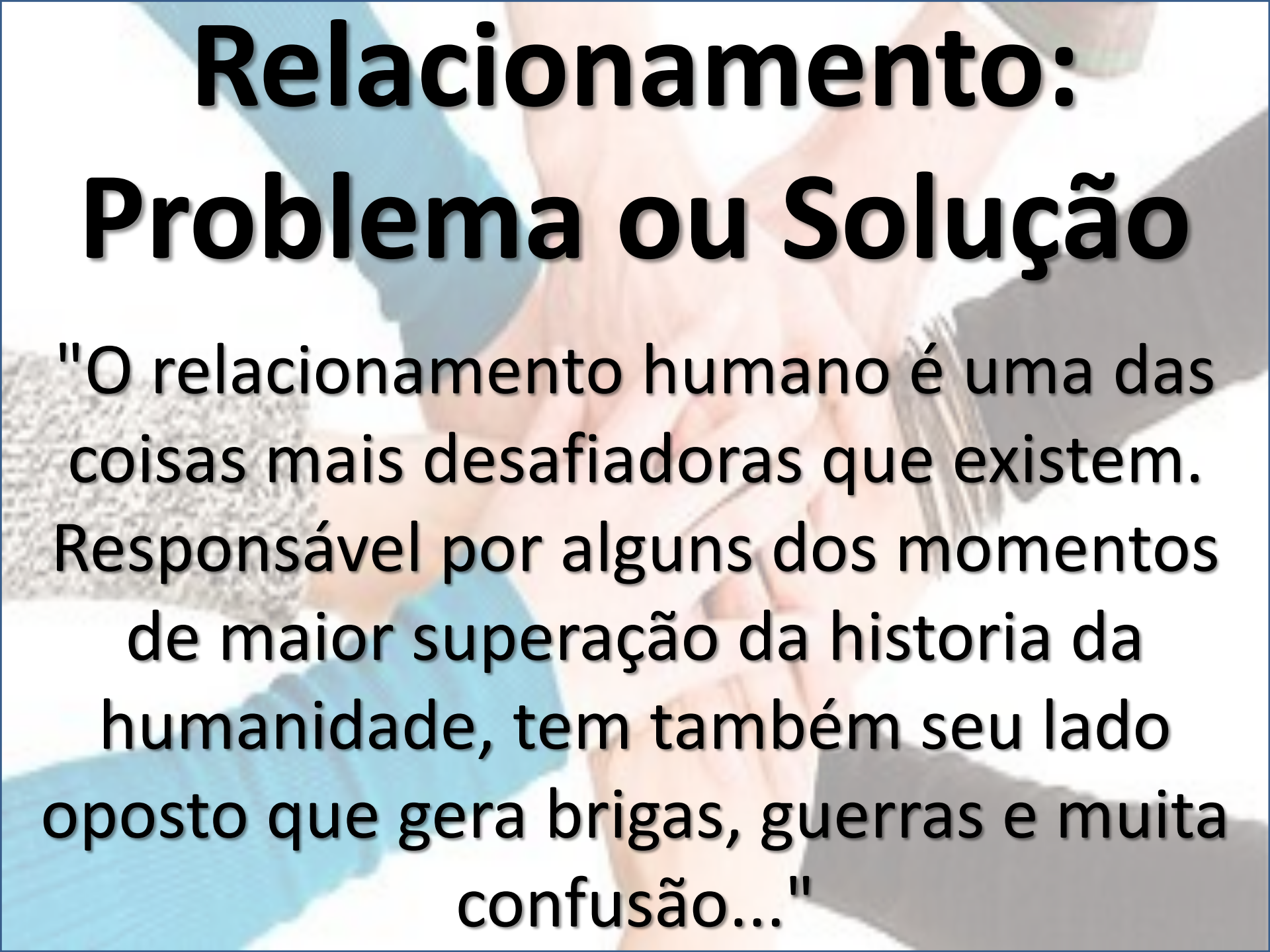
Psicólogo Clínico

Pós Graduado Em Psicanálise e Clínica e

Psicopatologia clínica

Vá além dos seus limites

"Você já parou para pensar quais são os seus limites? O que é que você pode ou não realizar na sua vida, independente do setor, seja ele profissional, pessoal, financeiro ou familiar? Onde aprendemos o que é ou não possível fazer?..."

The background of the slide features a close-up, slightly blurred image of several hands of different skin tones stacked together in a supportive gesture, with fingers pointing towards the center. The hands are wearing various colored sleeves: blue, grey, and white.

Relacionamento: Problema ou Solução

"O relacionamento humano é uma das coisas mais desafiadoras que existem. Responsável por alguns dos momentos de maior superação da história da humanidade, tem também seu lado oposto que gera brigas, guerras e muita confusão..."

Decidindo Mudar!

"De muitas formas talvez você, assim como eu, já tenha tido a sensação de realmente ter tomado uma decisão que mudaria sua vida. O resultado seria realizar enfim aquilo que desejo. Isso fez com que dezenas de vezes ou mais, eu fosse dormir ou acordasse dizendo que naquele momento tudo seria diferente..."

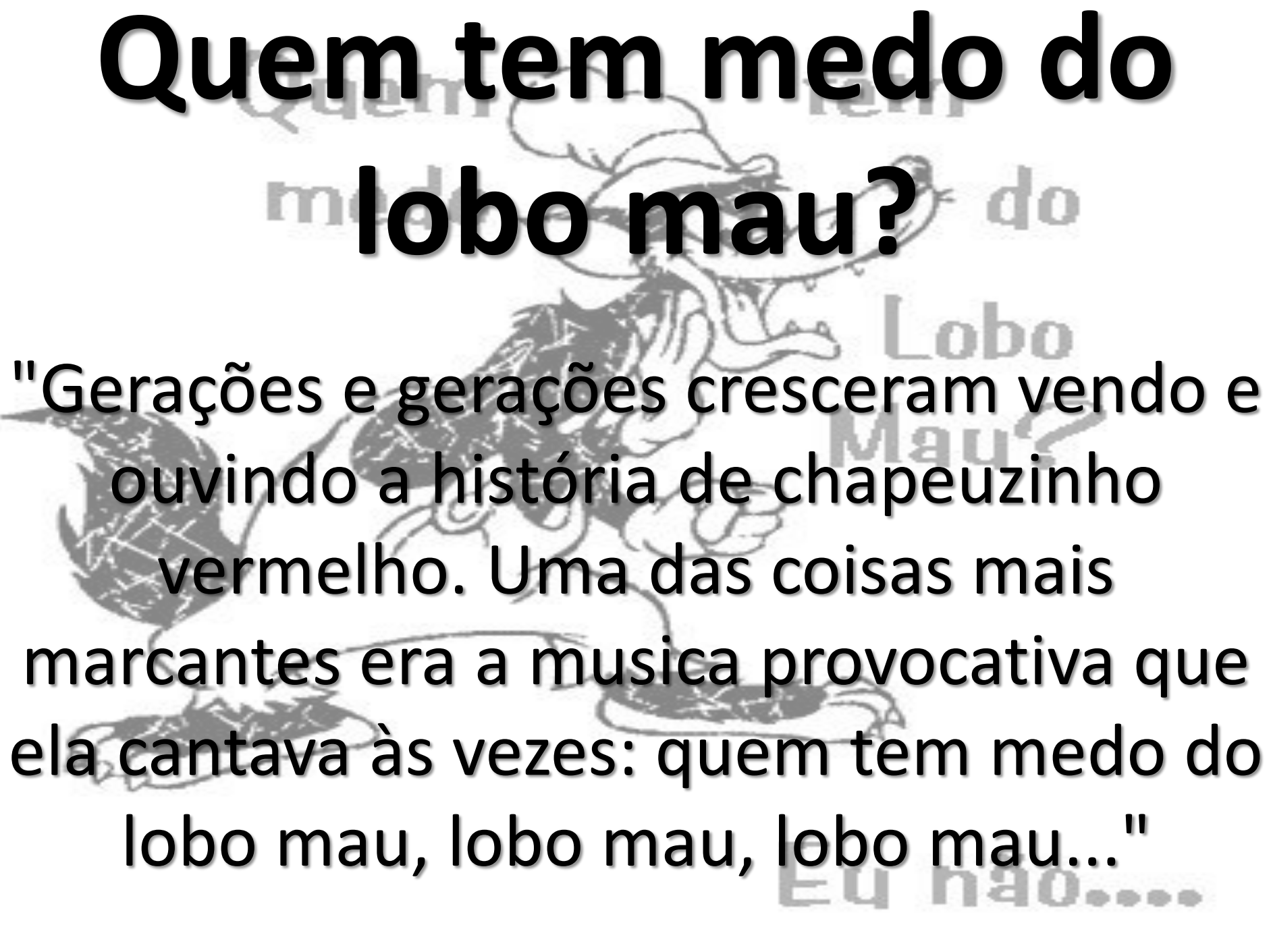
Zona de Conforto

Comportamento e Ação

Atingir objetivos é sinal de Inteligência!

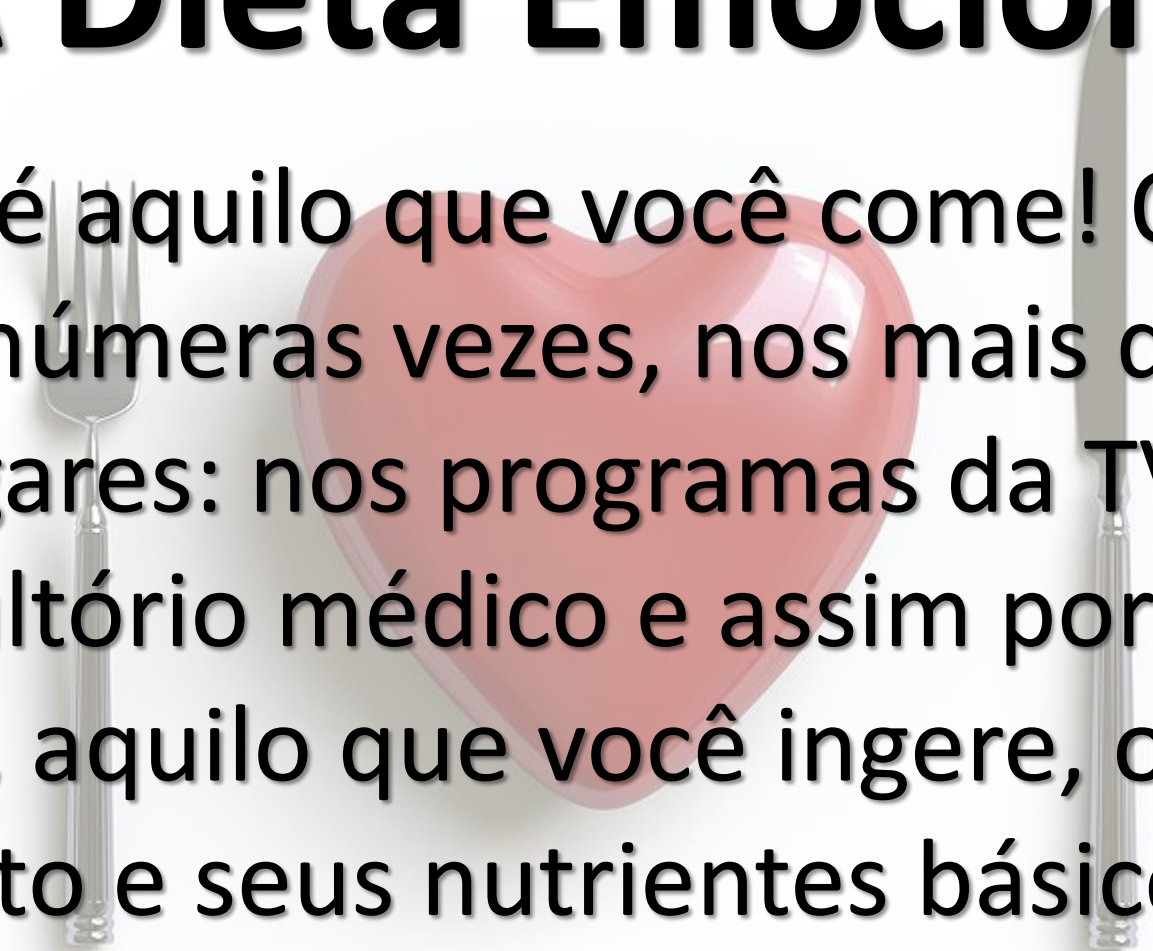
"Como realizar aquilo que desejamos? Esse é um desafio que normalmente abre nossos dias. Pela manhã quando acordamos e abrimos os olhos, nossa mente acelera buscando uma forma de se adaptar a realidade do novo dia: estar desperto e consciente. Acordar o corpo pode ser mais rápido que acordar a mente..."

Quem tem medo do lobo mau?



"Gerações e gerações cresceram vendo e ouvindo a história de chapeuzinho vermelho. Uma das coisas mais marcantes era a musica provocativa que ela cantava às vezes: quem tem medo do lobo mau, lobo mau, lobo mau..."

A Dieta Emocional



"Você é aquilo que você come! Ouvimos isso inúmeras vezes, nos mais diversos lugares: nos programas da TV, no consultório médico e assim por diante. Afinal, aquilo que você ingere, o tipo de alimento e seus nutrientes básicos, serão os elementos estruturais que seu corpo terá disponível para trabalhar..."

Responsabilidade e Resultado

"Tomar a decisão que nos aproxima daquilo que desejamos. Passo a passo a realização de um sonho vai se tornando realidade. Conseguir realizar aquilo que desejamos, nossos sonhos, objetivos e metas, aí está a essência da inteligência comportamental humana..."

A Tensão da Espera

"O que tenho feito com a minha vida...
Quando percebemos que nossas vidas
transformaram-se em uma montanha
russa, vamos do céu ao inferno em
poucos segundos, está na hora de
reavaliar alguns fatos e talvez mudar as
estratégias..."

Resiliência – A arte de recomeçar

"Realmente me impressiona como a sabedoria popular é capaz de falar sobre questões que podem ser chamadas de atemporais. Uma em especial tem chamado minha atenção. Após a

sua eleição à presidência dos EUA, Barak Obama em seu discurso de posse falou ao mundo sobre a grande capacidade de resiliência do povo americano..."

Resiliência é a habilidade de se adaptar e superar com sucesso frente aos desafios e às situações estressantes. É a superação das adversidades de forma saudável e construtiva (Fábio Munhoz).

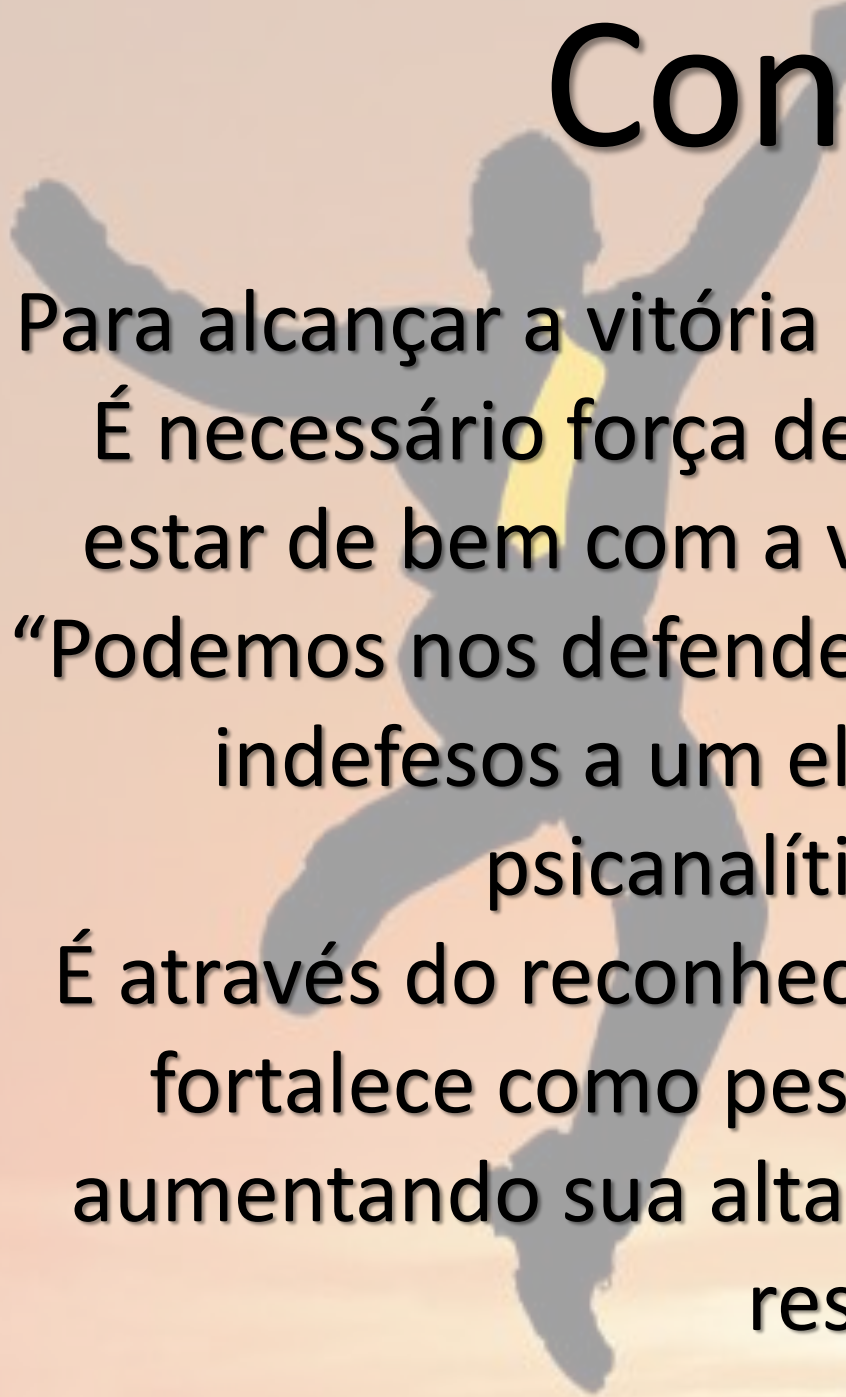


Exemplo: A árvore tem flexibilidade e resistência para superar e florescer.

*"A maior glória de um homem
não está em nunca cair,
mas está em levantar e
recomeçar cada vez que cair"*
Confúcio



Conclusão

A faint, stylized silhouette of a person jumping or running with arms raised in a 'V' shape, positioned behind the text on the left side of the slide.

Para alcançar a vitória não basta só conhecimento.

É necessário força de vontade e acima de tudo estar de bem com a vida e valorizando o outro.

“Podemos nos defender de um ataque, mas somos indefesos a um elogio” (Sigmund Freud, psicanalista 1856-1939).

É através do reconhecimento que o indivíduo se fortalece como pessoa e como profissional, aumentando sua auto estima e fortalecendo sua resiliência.



PARABÉNS POR ESTA INICIATIVA!

COM SUA RESILIÊNCIA VOCÊ CHEGA
LÁ!!!

