

- Home
- Serviços
- Conteúdo
 - Canal Youtube
 - Blog
 - Curso EAD
 - Semana Cultura Psi
 - Manifesto Cultura Psi
- Na mídia
- Sobre
- Baixe grátis
- Contato

Simm
Relações Simplificadas

#Preparo Emocional

Equipes prontas para os desafios emocionais de hoje.



Preparamos equipes para lidarem com os enormes desafios emocionais e de saúde mental que hoje se apresentam, para conquistarem relações de melhor qualidade.

Acreditamos que é preciso conhecer os fundamentos do funcionamento da nossa mente para gerar mudanças significativas no desenvolvimento de pessoas e resultados concretos para as organizações.



O QUE FAZEMOS

Conte conosco para:

- Preparar emocionalmente suas LIDERANÇAS
- Fazer os TEAM BUILDINGS mais diferenciados do mercado
- Desenvolver SOFT SKILLS

Formatos presenciais e online



workshops

cursos



palestras

"Foi um curso muito produtivo, valeu cada segundo que estive presente. Sem sombra de dúvidas um dos melhores cursos que já realizei."

"Ótimo treinamento, com tema muito importante tanto pra vida profissional quanto a vida pessoal, além de ótimos facilitadores."

"O treinamento foi excelente! Os facilitadores conseguiram organizar de maneira assertiva e leve, porém muito completa, o tema abordado."

A Palhaça e o Psicanalista

Juntamos a psicanálise à linguagem da palhaça para criar uma metodologia de desenvolvimento humano absolutamente inovadora.

Unimos profundidade e leveza, conteúdo e experiências, seriedade e humor em um trabalho que alcança resultados diferenciados porque trata da nossa "linguagem de programação".

Existimos porque acreditamos em um mundo de relações de melhor qualidade. Estamos dedicados a colaborar para a construção de uma #CulturaPsi, uma sociedade mais aberta e familiarizada com as questões da nossa mente, do nosso mundo interno.

Nina Campos é palhaça e Designer para Relações. Já foi também publicitária e consultora na área de sustentabilidade. Fez uma pós pelo Projeto Cooperação e é co-criadora da POP – Palhaças a Serviço das Pessoas.

Francisco Nogueira é psicólogo pela UFRJ e psicanalista pelo Instituto Sedes Sapientiae, membro do seu Departamento Formação em Psicanálise. Ganhador do "Prêmio Ser Humano", concedido pela ABRH - Associação Brasileira de Recursos Humanos e idealizador da Experiência de Escuta, serviço de acolhimento psicológico que atendeu mais de 5 mil pessoas durante 18 meses da pandemia.

Na mídia



Assista aos nossos vídeos de **#PreparoEmocional**



CONHEÇA NOSSO CANAL NO YOUTUBE

Formatos presenciais e online

Todos os temas podem ser trabalhados no formato online e também presencial.

Nossos cursos e workshops têm duração variada, de acordo com a necessidade da equipe. Partem de 4h até 2 dias de trabalho intenso.

As palestras podem ter entre 1h e 2h, sendo que sempre recomendamos que o final seja dedicado às perguntas dos participantes, pois nunca antes tivemos tanta necessidade de sermos ouvidos!

Assista aos vídeos que apresentam alguns desses conteúdos em nosso canal no www.youtube.com/relaçõessimplificadas



workshops

cursos



palestras

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco

Design de Relações

Temas que não são simples, mas podem ser simplificados

Estes são alguns temas com os quais trabalhamos. Muitos deles surgiram a partir de solicitações de clientes, afinal nossa especialidade é o “design para relações”: ouvir o seu briefing e desenhar um conteúdo específico para a necessidade da sua equipe. Conte conosco para encontrar caminhos simples e efetivos para trabalhar as Soft Skills e o Preparo Emocional dos seus colaboradores.

- **Preparo Emocional**
- **Liderança**
- **Equipes de Alta Performance - Team Building**
- **Lidere suas Emoções**
- **Autoconhecimento**
- **Mudança de Mindset**
- **Segurança Psicológica**
- **Protagonismo e Autonomia**
- **Escuta e Diálogo**
- **Colaboração**
- **Criatividade**
- **Empatia**
- **Resiliência**
- **Trabalho híbrido**
- **Saúde Mental**

(Equilíbrio, Bem-estar, Ansiedade, Depressão, Burnout, Suicídio/ Setembro Amarelo, Janeiro Branco)

Conheça Mais

Cases de Sucesso

Case
Liderança

Case
Preparo
Emocional

Workshops

Workshop
Empatia

Workshop
Criatividade
e Inovação

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco



Workshops

Conheça o Workshop sobre Empatia

Nosso workshop sobre o tema apresenta a visão da era moderna sobre Empatia, originada no termo alemão Einfühlung, e facilita o seu entendimento e sua prática.

É uma visão diferente da mais comum, de que Empatia é sentir o que o outro sente, definição que reduz a possibilidade de compreendermos e, principalmente, praticarmos esse conceito tão fundamental para os dias de hoje.

A partir de explicações claras e simples, abordamos questões como:

- **Por que empatia é tão fácil de entender e tão difícil de praticar?** O papel do diálogo inconsciente nas relações: compreender esse diálogo permite viver a verdadeira empatia.
- **Indicadores de proximidade:** diferença entre afetar-se e envolver-se. Compreender empatia a partir do sentimento do que o outro provoca em mim.
- Diferença entre **empatia e contratransferência**.

Assista ao vídeo do nosso canal que apresenta o conceito de Empatia a partir de Einfühlung e faça como grandes organizações já fizeram, contratando nossa palestra de 2h ou os workshops de 4h ou 8h sobre o tema.



Workshop
Empatia

Conheça o Workshop de Criatividade e Inovação

Nosso workshop voltado para Criatividade / Inovação utiliza jogos de improviso e de palhaço para proporcionar aos participantes uma experiência transformadora. A criatividade mas nasce na dimensão lúdica, que precisa ser despertada.

Neste vídeo do nosso canal explicamos a fundamentação teórica para esse trabalho com a dimensão lúdica e porque o workshop é capaz de fazer um trabalho de desenvolvimento transversal – que vai da criatividade até a autonomia da equipe, passando também por:

- **Esvaziar & Preparar:** alterar o estado de presença dos participantes, esvaziando-os de expectativas, ideias, conceitos e preconceitos, deixando-os preparados para absorverem o conteúdo que será trabalhado em seguida.
- **Integrar:** toda a experiência converge para a ideia de união, cooperação, trabalho em equipe.
- **Desenvolver uma Visão Sistêmica:** cena e jogos que deixam clara a interdependência.
- **Ampliar a Escuta**
- **Autoconhecimento:** reflexão aprofundada sobre a percepção de si em relação ao grupo, suas potencialidades e limitações.



Workshop
Criatividade
e Inovação

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco

Na mídia



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)



Notícia

[Leia mais](#)

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco

CONTEÚDOS PARA BAIXAR GRATUITAMENTE

Jogo do
Bem-estar

Aplicativos
de Meditação

Locais que
oferecem análise
a custos
acessíveis ou
gratuitamente

Tabela
“Afetar-se x
Envolver-se”

Monografia
de Conclusão
de Curso
Marina Audi

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco



Case Liderança

Briefing do Cliente:

- Encontro bimensal entre CEO, Superintendentes e Diretoria.
- Considerando que existem unidades em todo o país, era preciso: ampliar a visão sistêmica, a colaboração e o senso de pertencimento.

Solução: Workshop 16h abordando os seguintes temas:

- Mecanismos psíquicos que atuam sobre si e sobre o outro.
- Capacidade para perceber aquilo que está além do que se manifesta na relação imediata, ou seja, enxergar o que está por trás do comportamento e das demandas do outro.
- Ferramentas para que o profissional seja capaz de se tornar um agente ativo na melhoria das relações com seus parceiros e clientes.
- Transformação do cuidado do profissional com sua própria saúde e bem-estar, passo fundamental para um bom relacionamento com o outro.

Gestão da Equipe:

Instrumentalizar os gestores para o gerenciamento das questões emocionais que afetam suas equipes.

Transformar equipes com padrões de agrupamento automáticos em um Grupo de Trabalho.

Resultados: pesquisa interna realizada pelo cliente

O conteúdo apresentado é relevante para meu trabalho: **100%**

O material foi organizado com lógica: **100%**

O conteúdo apresentou novas informações: **96%**

A carga horária foi suficiente para gerar o entendimento: **100%**

As expectativas sobre o conteúdo apresentado foram alcançadas: **100%**

Adquirir novos conhecimentos e experiências: **96%**

Terei a possibilidade de aplicar os conhecimentos adquiridos: **96%**

Confio na aplicabilidade do conteúdo apresentado: **88%**

As informações recebidas foram críticas: **88%**

Tive a oportunidade de trocar experiências com os outros participantes: **96%**

Você tem algum comentário?:

"Ótima experiência, alternando a abordagem lúdica com a parte técnica, trazendo bagagem que podemos adotar na rotina de liderança e gestão."

"Parabéns a equipe que desenvolveu e buscou esta proposta de treinamento. A proposta apresentada foi de muita contribuição ao trabalho realizado no dia a dia. Obrigada."

"Excelente abordagem. Excelente curso. Excelentes instrutores."

"O curso agregou bastante conhecimento que contribuiu para a parte de entendimento e compreensão para relacionamento interpessoal, sem falar diretamente e especificamente sobre esse assunto."

"Superou minhas expectativas. A empresa está de parabéns pela preocupação e atenção com seu profissional. Cuidar da sua equipe é sabedoria e só nos incentiva a darmos o nosso melhor, diariamente. Posso afirmar que, este foi o melhor que já fiz em 06 anos que estou na Instituição. Obrigada."

"Foi um momento de desenvolvimento onde em equipe, pudemos ampliar conhecimento para a prática. Além da oportunidade de diminuir a distância para a comunicação entre as unidades."

"Treinamento excelente. Minha sugestão é que seja estendido para todos os níveis de liderança."

"Excelente treinamento, a partir do qual foi possível conhecer novos conceitos para aplicação no dia-a-dia no trabalho."

"Parabéns! Foi uma grande oportunidade de reflexão e aprendizado."

"A dinâmica foi SENSACIONAL. Vou utilizar (ou tentar) tudo no meu dia a dia. Gostei bastante do treinamento."

"O treinamento foi sensacional, pelo material apresentado, pelo local e interação proporcionada a todos."

"Curso com abordagem inovadora e motivacional. Mesclou teoria com embasamento e vivência inspiradora."

"Treinamento diferenciado. A abordagem dos assuntos foi leve, prática e relevante. Excelente curso e objetivo do mesmo."

"O treinamento abordou questões que realmente impactam e permeiam a rotina do gestor e conhecer melhor sobre estas questões é fundamental. O período poderia ser um pouco maior, com mais profundidade e troca de experiências sobre os temas, mas foi excelente e proveitoso."

"Esse modelo de treinamento deve acontecer pelo menos uma vez ao ano. Muito bom!!"

"Foi o melhor 'treinamento' realizado nos últimos anos por mim. Na minha opinião, a maioria se identificou com o tema e precisam de um apoio com esse tipo de conteúdo, sem respostas prontas, reflexivo e de acordo com cada um... Parabéns"

"Melhor treinamento aplicado na empresa, conteúdo incrível, pessoas extremamente capacitadas, foi excelente! Gostei das unidades também terem participado, gerou sinergia, entusiasmo, empatia, foi excelente! repitam!"



Case Preparo Emocional

Conheça um case de Preparo Emocional

Uma grande seguradora solicitou a criação de um workshop sobre #PreparoEmocional a ser disponibilizado de forma presencial, com duração limite de 8h.

Nosso desafio foi oferecer um conteúdo que pudesse ser transmitido para diferentes áreas e níveis hierárquicos da empresa ao mesmo tempo, uma vez que as inscrições foram abertas pelo site de sua universidade corporativa para todos os colaboradores.

Resultados: pesquisa interna realizada pelo cliente

Você curtiu o treinamento?

96,3% nota 5
3,7% nota 3

Você vai usar o que aprendeu no seu dia-a-dia?:

92,6% nota 5
3,7% nota 4
3,7% nota 3

Você tem algum comentário?:

"Foi um curso muito produtivo, valeu cada segundo que estive presente. Sem sombra de dúvidas um dos melhores cursos que já realizei."

"Fiquei muito feliz por ter sido convidado a participar do treinamento, o mesmo me motivou a disseminar o seu conteúdo junto aos demais colegas da equipe."

"Que tenham mais treinamentos como esse: dinâmico, criativo e tocante."

"Adorei o treinamento, que apesar de acerca de um tema mais teórico foi tratado com muita leveza e dinâmica. Foi muito bom o treinamento, um dos melhores que já participei."

"Treinamento muito bem elaborado, interativo, prazeroso e sobre temas importantes. Didática impecável dos facilitadores, que fez o dia passar sem que nem percebesse. Um dos melhores treinamentos que já participei."

"Nada como aprender a se conhecer para poder lidar com o outro, afinal temos que viver harmonizado com as pessoas, para que tudo flua melhor tanto no trabalho como no pessoal. Muito Legal!!"

"Facilitadores sensacionais, aprendi muito com esse workshop, conteúdo atual e super didático."

"Ótimo treinamento, com tema muito importante tanto pra vida profissional quanto a vida pessoal, além de ótimos facilitadores."

"Didático, material rico, que podemos levar para nosso lado profissional e pessoal."

"Muito bom o treinamento. Já estou usando o que aprendi."

"O treinamento foi excelente! Os facilitadores conseguiram organizar de maneira assertiva e leve, porém muito completa, o tema abordado."

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



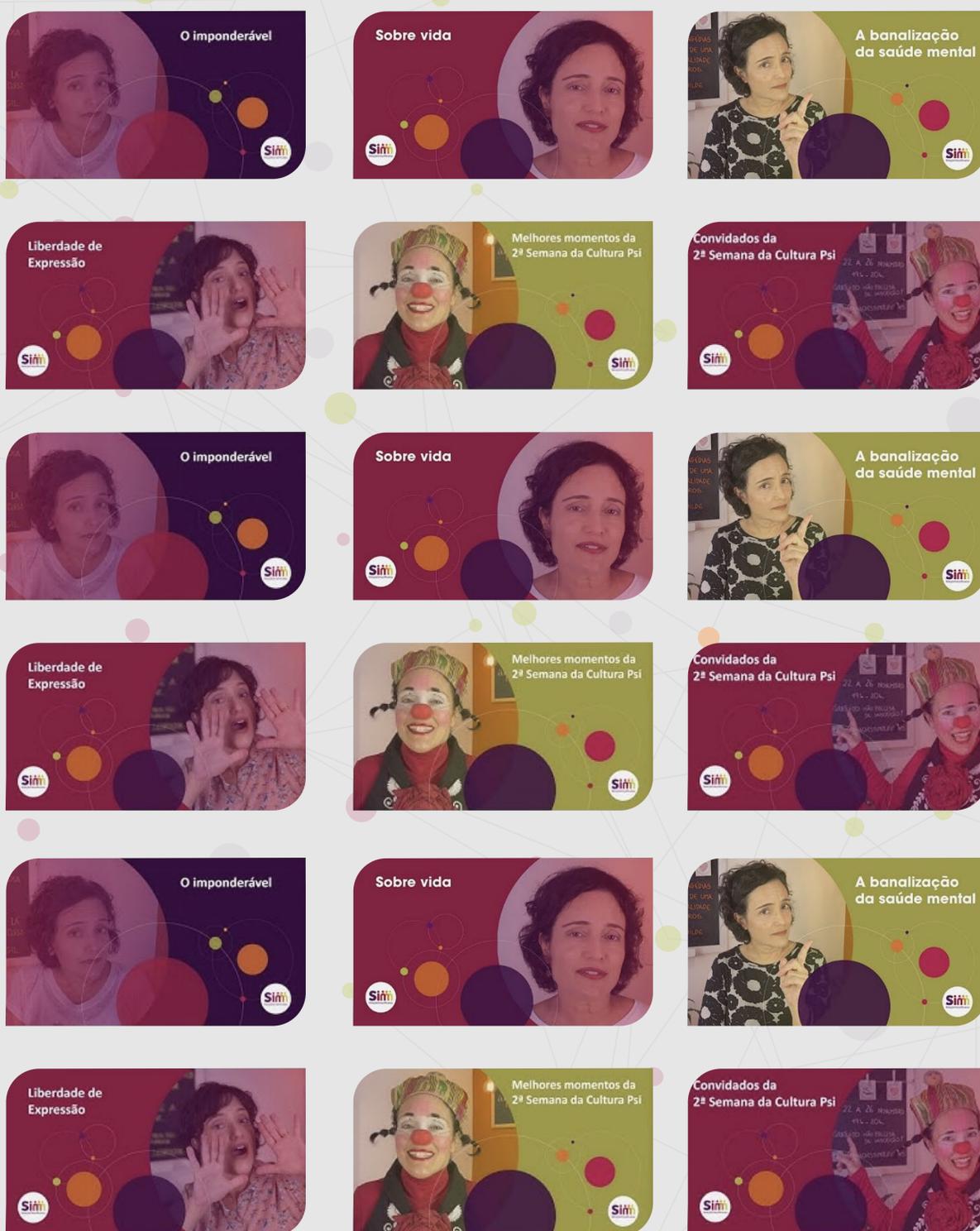
Fale conosco



CANAL YOUTUBE

Nossa missão é a construção e o fortalecimento de uma Cultura Psi. Uma Cultura Psi não compete com outras culturas, mas acrescenta valor através da conscientização de que cuidar do bem-estar psíquico e emocional é bom para as pessoas e para a sociedade, assim como para o nosso sucesso e o incremento da nossa produtividade. Este é um investimento em que todos saem ganhando.

Pensando desta forma, criamos um canal no Youtube, onde qualquer pessoa pode ter acesso aos conteúdos produzidos por nós, inspirados no conhecimento psi, de forma gratuita.



CONHEÇA NOSSO CANAL NO YOUTUBE

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco



Assine nosso Manifesto



[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br

+55 11 9 3225.9828



[Fale conosco](#)

Por um mundo com relações de melhor qualidade

Acreditamos que vivemos melhor e trabalhamos melhor quando desfrutamos de relações de qualidade.

O que é uma boa relação? Como ela acontece? Como promovo ou desfruto dela, profissional ou pessoalmente?

Relações Simplificadas nasceu para apoiar as pessoas a se reconectarem com a experiência das boas relações.

É no espaço da subjetividade, na dimensão intangível, que os encontros verdadeiros acontecem. Por isso fazemos Design para Relações: uma forma objetiva de conhecer, compreender e decodificar essa subjetividade.

Começamos como uma consultoria que atende organizações e instituições. Mas para levar a #CulturaPsi ao maior número de pessoas possível criamos também um Movimento, um canal no YouTube e um importante evento que une arte e o mundo Psi, a Semana da Cultura Psi.



Conheça mais sobre nossa história nesse artigo do Projeto Draft

[Leia mais](#)

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



[Fale conosco](#)



Semana da Cultura Psi

É um evento online e gratuito, sem fins lucrativos, que parte de uma visão de mundo baseada na ideia de que se nós estivermos mais abertos ao debate sobre a nossa saúde mental, então a nossa sociedade será mais capaz de produzir uma vida com maior bem-estar psíquico e emocional para todos.

A Semana da Cultura Psi une arte ao conhecimento sobre a mente humana, para que possamos compartilhar informações sobre uma cultura que seja cada vez mais aberta ao cuidado com o nosso mundo interno.

A importância de falarmos sobre essas questões tornou-se ainda mais urgente com a pandemia de covid-19, em que observamos o agravamento do estado de sofrimento psíquico da população brasileira.

Mas o problema não vem de hoje, o Brasil já era o campeão mundial de ansiedade e o campeão latino-americano de depressão antes mesmo da pandemia (dados da OMS).

Neste sentido, derrubar tabus e superar receios e mal-entendidos sobre os temas sensíveis ao nosso bem-estar psicológico é uma tarefa na qual precisamos nos engajar mais do que nunca.

Por que é tão natural cuidarmos do corpo, e não da mente?

Vídeos Semana da Cultura Psi 2020



Vídeos Semana da Cultura Psi 2021



Manifesto pela Cultura Psi

Hoje em dia já não sofremos mais como antigamente. O mundo mudou, as relações mudaram, a organização do trabalho se transformou. Se, nos últimos séculos, o direito à vida, à saúde física e ao descanso foram pautas que transformaram o mundo, adentramos o novo século enfrentando os novos desafios que as relações de trabalho nos apresentam, e eles agora dizem respeito à nossa saúde mental. Por isso, acreditamos que é urgente estendermos a nossa batalha para um campo além do corpo e avançarmos sobre as questões da mente.

O trabalho hoje enlouquece: burnout, estresse, ansiedade, angústia, medo, insatisfação, somatizações, suicídio. Estamos em sofrimento!

Por isso, uma cultura PSI – Psicológica, Psicanalítica e até mesmo Psiquiátrica – precisa se desenvolver e ganhar os fóruns de debate mundiais em nome do nosso equilíbrio mental e das boas relações. Precisamos superar os estigmas, derrubar os tabus e falar sobre o nosso mundo interno, a nossa subjetividade.

Precisamos cuidar do nosso equilíbrio psicológico não porque somos ou estamos desequilibrados, mas porque todos nós temos sofrimentos.

Precisamos dar voz às nossas idiossincrasias, às nossas pequenas e grandes loucuras. Não haveria loucura maior na vida do que passar uma vida inteira a repetir comportamentos que nos causam sofrimentos e sem saber o porquê disso.

Precisamos superar aquele preconceito que diz que só o louco vai ao Psi... porque o que está em jogo é a nossa felicidade, o nosso bem-estar, a nossa paz de espírito, a nossa relação com a gente mesmo, com as pessoas que a gente ama, trabalha ou convive, a nossa relação com o mundo.

Precisamos cuidar do que nos faz bem. Cuidar do nosso psiquismo é cuidar do tecido da nossa vida e da nossa força produtiva.

O que está em jogo é o nosso futuro, pois sem o desenvolvimento de uma sensibilidade empática e em nome da produtividade meramente material estamos envenenando o planeta e as nossas relações.

Junte-se a nós na difusão da #CulturaPsi.

Você não está só!

[Assine o Manifesto](#)

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



[Fale conosco](#)

Psy Culture Manifesto

Nowadays we don't suffer as we did in the past. The world has changed, the relationships have changed, the work organization transformed itself. If, in the last centuries, the right to life, to physical health, and to rest were topics that changed the world, we enter the new century facing the new challenges which labor relationships present us, and they now concern our mental health. We believe, therefore, that it is urgent to extend our battle to a field beyond the body and go forward to the mind issues.

Today working is maddening: burnout, stress, anxiety, anguish, fear, dissatisfaction, somatizations, suicide. We are suffering!

Therefore, a PSY culture – Psychological, Psychoanalytical and even Psychiatric – needs to develop itself and gain the forums of world debate in the name of our mental balance and of good relationships. We need to overcome the stigmas, tear down taboos and talk about our inner world, our subjectivity.

We need to take care of our psychological equilibrium not because we are unbalanced, but because we all have sufferings.

We need to give voice to our idiosyncrasies, to our small and great madness. There would not be greater madness in life than to go through an entire life repeating behaviors which cause us sufferings and not knowing the reason why.

We need to overcome that prejudice which says that only the madman goes to the Psy... because what is at stake is our happiness, our wellbeing, our peace of mind, our relationship with ourselves, with the people we love, work or live with, our relationship with the world.

We need to take care of what does us good. To take care of our psychism is to take care of our life tissue and of our productivity force.

What is at stake is our future, because without the development of an emphatic sensibility and in the name of a merely material productivity we are poisoning the planet as well as our relationships

Join us in the diffusion of the psy culture - #CulturaPsi.

You are not alone!

[Sign the Manifesto](#)

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



[Fale conosco](#)

Manifiesto por la Cultura PSI

Hoy en día ya no sufrimos como antes. El mundo ha cambiado, las relaciones han cambiado, la organización del trabajo ha cambiado. Si, en los últimos siglos, el derecho a la vida, la salud física y el descanso fueron pautas que transformaron el mundo, entramos en el nuevo siglo con nuevos desafíos que nos presentan las relaciones laborales, estos desafíos ahora tienen que ver con nuestra salud mental. Por lo tanto, creemos que es urgente extender nuestra batalla a un campo más allá del cuerpo y entrar a las cuestiones de la mente.

El trabajo de hoy nos vuelve locos: agotamiento, estrés, ansiedad, angustia, miedo, insatisfacción, somatizaciones, suicidio. Estamos sufriendo!

Por lo tanto, es necesario desarrollar una Cultura PSI (psicológica, psicoanalítica e incluso psiquiátrica) y ganar los foros del debate mundial en nombre de nuestro equilibrio mental y de las buenas relaciones. Necesitamos superar los estigmas, volcar los tabúes y hablar de nuestro mundo interior, nuestra subjetividad.

Necesitamos cuidar nuestro equilibrio psicológico no porque seamos o estemos desequilibrados, sino porque todos tenemos sufrimientos.

Necesitamos dar voz a nuestras idiosincrasias, nuestras pequeñas y grandes locuras. No habría mayor locura en la vida que pasar una vida repitiendo comportamientos que nos causan sufrimientos sin saber por qué.

Necesitamos superar ese prejuicio que dice que solo el loco va a la Psi ... porque lo que está en juego es nuestra felicidad, nuestro bienestar, nuestra paz mental, nuestra relación con nosotros mismos, con las personas que amamos, con las que trabajamos y vivimos, nuestra relación con el mundo.

Necesitamos cuidar de lo que nos hace bien. Cuidar nuestra psique es cuidar el tejido de nuestra vida y nuestra fuerza productiva.

Lo que está en juego es nuestro futuro, ya que sin el desarrollo de una sensibilidad empática y en nombre de la productividad meramente material, estamos envenenando el planeta y nuestras relaciones.

Únase a nosotros en la difusión de la cultura psi - #CulturaPsi.

¡Usted no esta solo!

Firme el Manifiesto

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



Fale conosco

PSY-kultur Manifest

I dag lider vi ikke længere, som vi gjorde før. Verden er ændret, relationerne har ændret sig, organisering af arbejdet er ændret. Hvis retten til liv, fysisk sundhed og hvile i de sidste århundreder var retningslinjer, der forvandlede verden, går vi ind i det nye århundrede mod de nye udfordringer, som arbejdsforholdene giver os, og de vedrører nu vores mentale sundhed. Derfor mener vi, at det er presserende, at vi udvider kampen til et felt uden for kroppen og fremmer sindets sag.

Arbejdet i dag gør os skøre [påvirker os negativ]: Udbændthed, stress, kvaler, angst, frygt, utilfredshed, somatiseringer, selvmord. Vi lider!

Derfor er det nødvendigt at udvikle en PSY-kultur - psykologisk, psykoanalytisk og endda psykiatrisk - og gør det til en del af verdensdebatten i navnet på vores mentale balance og gode relationer. Vi er nødt til at overvinde stigmata, vælte tabuer og tale om vores indre verden, vores subjektivitet.

Vi skal passe på vores psykologiske balance, ikke fordi vi er ubalancerede, men fordi vi alle har lidelser.

Vi skal give stemme til vores idiosynkrasier, vores små og store følelser. Der ville ikke være større galskab i livet end at gentage en adfærd, der forårsager os lidelser hele livet igennem, og ikke vide hvorfor.

Vi er nødt til at overvinde de fordomme, som siger, at kun den vanvittige går til psy... fordi det der står på spil er vores lykke, vores velbefindende, vores ro i sindet, vores forhold til os selv, til de mennesker vi elsker, arbejder sammen, vores forhold til verden.

Vi skal værne om det der gør os godt. At tage sig af vores psyke er at tage sig af det vores liv består af og vores produktive kraft.

Hvad der står på spil, er vores fremtid. For ved at fokusere alene på materiel produktivitet og uden udviklingen af en empatisk sensibilitet er vi ved at forgifte planeten og vores relationer.

Vær med til at sprede PSY-kulturen!

Du er ikke alene!

[Signer Manifestet](#)

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



[Fale conosco](#)



CURSO EAD PREPARO EMOCIONAL

Tenho que escrever sobre isso, ainda não fiz

[Home](#)

[Serviços](#)

[Conteúdo](#)

[Na mídia](#)

[Sobre](#)

[Conteúdos gratuitos](#)

MAIS INFORMAÇÕES

contato@relacoessimplificadas.com.br
+55 11 9 3225.9828



[Fale conosco](#)