

Resiliência é tema de palestra em comemoração ao Dia do Servidor Público

Categoria: Geral

Data de Publicação: 26 de outubro de 2022

Na noite de terça-feira, dia 25 de outubro, a Prefeitura de Veranópolis promoveu um evento em comemoração ao Dia do Servidor Público.

A ação, conduzida pela palestrante Jo Lima, abordou sobre o tema “Resiliência - a competência da superação” e foi destinada a todos os servidores da Prefeitura de Veranópolis. Jo Lima é Coach, Professora, Palestrante em Desenvolvimento Humano, atendendo em todo o Brasil, Empresas da Iniciativa Privada e Instituições Pública. Jô destacou que atualmente, quando se aborda a Resiliência, deve-se pensar mais na capacidade de se adaptar às mudanças. Tudo é fluxo, que está em constante processo de mudança. As pessoas devem mudar junto, porém sem perder a sua essência.

“O mundo está cada vez mais complexo e exigindo de cada um de nós mais competência emocional para lidar com adversidades, No entanto, a forma como reagimos é nossa escolha. E o processo de aprender a reagir de forma positiva chama-se Resiliência. Nós não podemos mudar as circunstâncias, mas é possível aprender a perceber nossas emoções e a gerenciá-las de uma forma que nos causem cada vez menos danos emocionais, físicos e sociais.” reforça a palestrante.

Jo Lima destacou que o aprimoramento da Resiliência possibilita que as pessoas se reinventem e também desfrutem mais e melhor da sua trajetória de vida. Por meio dela, passa-se a entender que as experiências boas ou negativas são um processo de aprendizado contínuo, que vai aprimorando ao longo do tempo e que viabiliza inclusive novas perspectivas sobre o que entendemos por desafios.

O momento foi de grande importância, para crescimento pessoal e profissional de cada servidor presente, reforçando seu papel fundamental dentro da administração pública e a importância do trabalho em equipe.

Fotos: Caroline Cesca