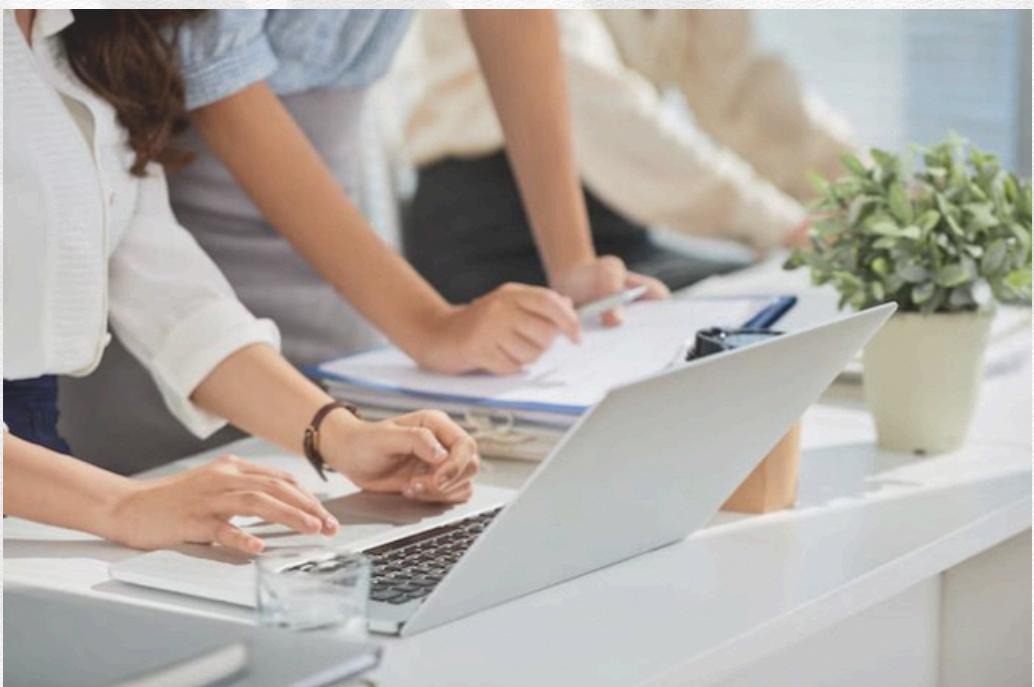


PSICOLOGIA CLÍNICA E ORGANIZACIONAL

Ana Carolina F Soares

2025

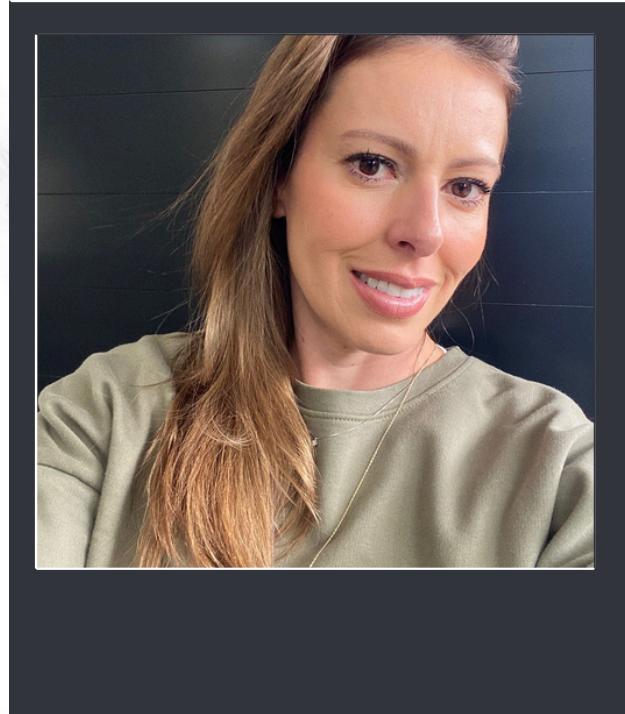
CONSULTORIA EM RH
PROGRAMAS DE SAÚDE MENTAL



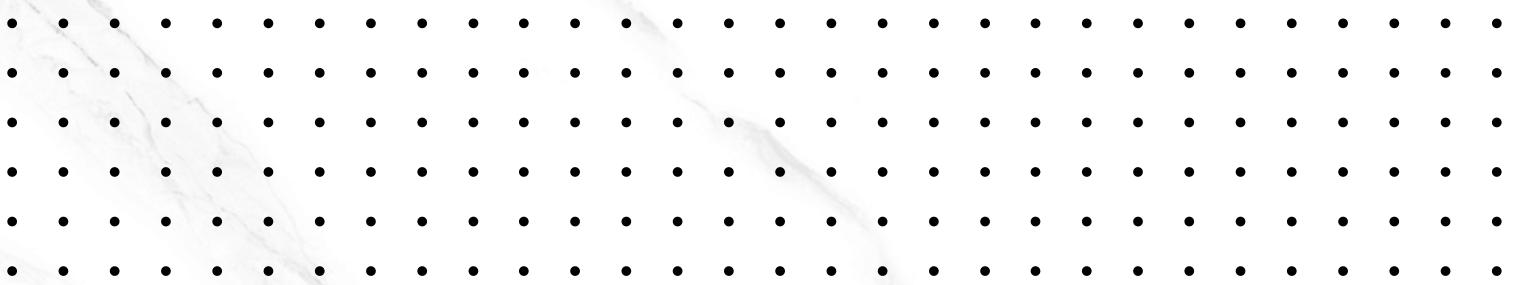
Minha trajetória

Sou a Ana Carolina, formada desde 2006 em Psicologia na UNIFAE - São João da Boa Vista, pós graduada presencialmente na FIA-USP, em São Paulo (considerada uma das melhores pós graduações para executivos no mundo), onde cursei Gestão Estratégica de Pessoas. Atualmente curso outra pós graduação: Clínica Lacaniana no Instituto ESPE, de Londrina, também referência na área de atuação.

Tenho curso de formação em Coach pelo ICI - Integrated Coach Institute, curso de Ansiedade no Beck Institute (ministrado em inglês pela Judith Beck).



Sou entusiasta pelos estudos e por pessoas, tenho sólidas habilidades e formação na área Organizacional, com mais de 10 anos em empresas de diversos ramos, sou focada em desenvolver pessoas para que cheguem ao seu potencial máximo e que isso ocorra com qualidade de vida. Dá para conciliar vida pessoal e trabalho da melhor forma!



Psicologia Organizacional

Apresento uma proposta de Consultoria em RH e Projetos de Saúde Mental no Trabalho, com serviços personalizados, adequados às necessidades e ao contexto da sua organização.

Objetivos da Proposta

- Promover saúde mental, bem-estar e desenvolvimento humano nas organizações.
- Prevenir adoecimentos ocupacionais como estresse, ansiedade, depressão e burnout.
- Contribuir para a retenção de talentos, fortalecimento da cultura organizacional e aumento da produtividade.
- Oferecer suporte estratégico na gestão de pessoas e desenvolvimento de equipes.



Projetos em saúde mental

Palestras, workshops e rodas de conversa sobre:

- Ansiedade, estresse e depressão.
- Burnout e estratégias de prevenção.
- Inteligência emocional no ambiente corporativo.
 - Gestão de emoções e autocuidado.
 - Equilíbrio entre vida pessoal e profissional.
 - Comunicação assertiva e empática.
 - A importância do feedback nas equipes.
- Carreira e maternidade: desafios e conciliações.
 - Programas estruturados de saúde mental.
 - Acompanhamento psicológico breve para colaboradores e, quando necessário, encaminhamento para psicoterapia clínica.





Projetos em saúde mental

Etapas para o projeto de Implementação da NR-1 em Riscos Psicossociais e Saúde Mental no Trabalho

Avaliação: análise quantitativa e qualitativa, observação, aplicação de questionários, entrevistas em grupo e individuais.

Diagnóstico: Análise dos dados coletados e desenvolvimento das estratégias mais adequadas.

Execução: Implementação das medidas, realização dos treinamentos, Pesquisa de Clima Organizacional.

Monitoramento: Ajustes contínuos conforme necessário.





Consultoria em RH

Implementação de Recrutamento e Seleção:

Levantamento de perfil, job description, cronograma, entrevistas por competência, aplicação de testes psicológicos e provas situacionais.

Treinamento e Desenvolvimento:

Levantamento de necessidades (LNT), planejamento e execução de treinamentos, workshops de liderança e desenvolvimento de equipes.

Desenvolvimento Organizacional:

Pesquisa de clima organizacional (aplicação, análise e plano de ação).

Gestão da comunicação interna:

Desenvolvimento de programas de integração, reconhecimento e engajamento.

Outros:

Estruturação e acompanhamento de avaliações de desempenho e indicadores de RH.

Cargos e Salários:

Descrição de cargos, estrutura de competências, análises salariais e construção de planos de carreira.

Formato de atuação:

Atendimentos presenciais, online ou híbridos, conforme a necessidade da empresa.

Serviços podem ser contratados de forma pontual (por demanda específica) ou por meio de contrato mensal com dias e horários pré-estabelecidos (consultoria contínua).

Diferencial:

Atendimento humanizado, ético e especializado.

Foco no desenvolvimento da saúde mental, do bem-estar e na sustentabilidade dos relacionamentos no trabalho.

Experiência comprovada em desenvolvimento de lideranças e fortalecimento da cultura organizacional.

Mais de 200 palestras e workshops realizados.





Contatos:

www.anacarolinaoarespsicologa.com.br

carolapsico@gmail.com

@hive_psicologiaorganizacional

(11) 966010694

(19) 997115293