

# Mindsetividade

para Gestão do Tempo



**LUMEN**  
Academy

**TER UMA EQUIPE  
PRODUTIVA E EFETIVA É O  
QUE TRAZ O RESULTADO  
PARA AS ORGANIZAÇÕES**

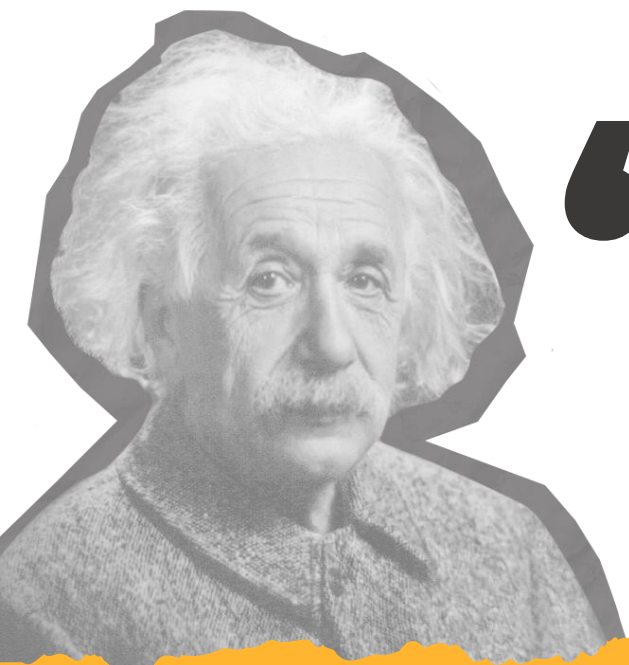
# Mindsetividade para Gestão do Tempo

O Mindsetividade para Gestão do Tempo é um treinamento desenvolvido pela Lumen Academy, a fim de ajudar as pessoas a aumentarem a qualidade de suas decisões por meio da **qualidade do sim**.

## E como isso é possível?

Quando unimos o conceito de modelo mental, produtividade e efetividade, conseguimos ter mais clareza sobre o norte, ou seja, para onde queremos ir a curto, médio e longo prazo. E ter essa visão é essencial para nos tornarmos cada vez mais produtivos e efetivos e, consequentemente, gerar o impacto que queremos em nossas vidas, famílias e organizações.

No passado falávamos que tempo é dinheiro. Para o método, tempo é vida. Afinal, este é um dos únicos ativos que não conseguimos comprar ou vender.



“

**Falta de tempo** é a desculpa daqueles que perdem tempo por **falta de método**.

- Albert Einstein

## **BENEFÍCIOS** **DO TREINAMENTO**

Resultados que os profissionais e as organizações  
vão alcançar com esse treinamento:



### **EFETIVIDADE**

Quando cada profissional foca nas entregas de maior impacto, a organização poderá alcançar melhores resultados a curto, médio e longo prazo.



### **EFICIÊNCIA**

Ao aplicar pelo menos 10% do conteúdo, o participante ganhará ao mínimo 10 minutos por dia, ou seja, mais de três horas por mês.



### **OBJETIVOS E METAS CLARAS**

Os profissionais terão mais clareza acerca do seu papel, responsabilidades e objetivos, conectando-os com os resultados da empresa.



### **QUALIDADE NA EXECUÇÃO**

A partir das melhores práticas para utilização de ferramentas como e-mail, agenda e aplicativos do Office e Google Workspace, é possível alcançar agilidade e qualidade na execução.



### **MENOS ESTRESSE**

Ao melhorar a qualidade do sim e aplicar algumas técnicas de Mindfulness como respiração consciente, os participantes poderão aumentar o foco e controlar o estresse.

## **CONTEÚDO**

### **PROGRAMÁTICO**

#### **01. MINDSET PRODUTIVO E EFETIVO**

O modelo mental como direcionador do tempo  
Aumentando a qualidade do sim para saber dizer não  
A diferença entre produtividade e efetividade

#### **02. MINDFULNESS**

A relação entre atenção plena e gestão do tempo  
A arte de respirar melhor  
A arte de tirar as coisas da mente

#### **03. CAIXA DE ENTRADA**

Reconhecendo as caixas de entrada  
Porquê zerar as caixas de entrada

#### **04. DIRECIONAR**

Como tomar decisões com mais qualidade  
Clareza dos papéis e responsabilidades  
Clareza dos objetivos e resultados-chave

#### **05. ECOSSISTEMAS**

Caixa de entrada zerada  
Agenda como painel de controle da execução  
Projetos e tarefas estruturados nas ferramentas

#### **06. CALIBRAGEM SEMANAL**

Como calibrar os objetivos com a agenda semanalmente  
Como planejar a próxima semana na agenda

#### **07. A.G.I.R**

Como agir de acordo com o planejado  
A importância de saber negociar  
Transformando erros em oportunidades  
Aprendendo a celebrar

## FORMATOS DE APRENDIZAGEM

Este treinamento está disponível nos formatos abaixo, que também podem ser customizados para atender as necessidades da sua equipe e organização.



### PRESENCIAL:

- **Carga Horária:**  
08 horas
- **Turma:**  
Até 25 pessoas



### ONLINE (SÍNCRONO):

- **Carga Horária:**  
06, 08 e 10 horas
- **Turma:**  
Até 25 pessoas

## Materiais

- Manual do participante;
- Guia de implementação das ferramentas abordadas;
- Fluxo para aplicação do método no dia a dia;
- 6 semanas de conteúdo online para sustentação.

## OPÇÕES DE ENTREGA

Alinhar o conteúdo ao contexto de cada cliente é essencial para alcançar os resultados esperados. Desta forma, **oferecemos esta experiência de aprendizagem de três maneiras:**



### TURMA IN-COMPANY

Conteúdo personalizado de acordo com o perfil e necessidades do público, assim como à realidade e resultados esperados pela organização.

---



### TURMA ABERTA

Treinamento aberto com conteúdo direcionado para profissionais que buscam se desenvolver dentro da temática.

---



### FORMAÇÃO DE FACILITADORES

Preparação de profissionais da organização para desenvolverem o conhecimento e as habilidades necessárias para se tornarem treinadores no tema.

# Mindsetividade para Gestão do Tempo

## CLIENTES QUE **CONFIAM** NESTE PROGRAMA



“No treinamento de Mindsetividade, eu aprendi diferentes técnicas que me ajudaram a organizar melhor o meu tempo e a ser mais produtiva. A partir delas, eu tive mais facilidade para definir o que é importante e parei de procrastinar as tarefas no trabalho.”

Ana Paula Alves Nascimento  
Itaú Seguros



“Este treinamento ensina de maneira clara e muito prática como organizar as milhares de ideias que chegam durante o dia, o que faz com que o trabalho seja muito mais produtivo. E com um conteúdo direto, fica ainda mais fácil colocar em prática. Eu recomendo não só para o âmbito profissional como também pessoal.”

Gisele da Silva  
Spotify

## EXPERIÊNCIAS TRANSFORMADORAS DE ALTO IMPACTO

A LUMEN Academy é uma consultoria de desenvolvimento humano e organizacional (DHO) especializada em apoiar a **transformação da liderança e seus resultados**.

Nossa paixão é **entregar experiências de altíssima qualidade que gerem os resultados desejados**. Com brilho nos olhos e parceria com cada cliente, trabalhamos para que os objetivos estratégicos sejam atingidos de maneira sustentável.

Buscando sempre um **profundo conhecimento da cultura do cliente**, oferecemos soluções de consultoria em DHO, alinhadas às expectativas e conectado a estratégia do cliente com altos padrões de qualidade.

### DIFERENCIAIS:



- ▶ Métodos com ferramentas simples e práticas;
- ▶ Adaptabilidade;
- ▶ Embasamento sólido;
- ▶ Abrangência global;
- ▶ Foco no resultado do cliente.

## OUTROS TREINAMENTOS DO PORTFÓLIO



### DESENVOLVIMENTO HUMANO E ORGANIZACIONAL

- Fundamentos da Liderança;
- Mindsetividade para Gestão do Tempo;
- Mindsetividade para Reuniões Efetivas;
- Propositividade;
- Praticando Accountability;
- Conversas que Conectam;
- Mudança de Mindset;
- Liderança Fora da Caixa.



### VENDAS CONSULTIVAS

- Vendas Consultivas;
- Gerenciamento Estratégico de Contas;
- Insight Selling;
- Prospecção em Vendas;
- Negociação de Vendas;
- Coaching em Vendas;
- Crescendo com o Cliente.

# CHEGOU A HORA DE DAR O PRÓXIMO PASSO

Leve o **Mindsetividade** para a sua organização e descubra como ter uma equipe mais colaborativa e como trazer resultados efetivos e sustentáveis.



(11) 96629-9606



[contato@lumenacademy.com](mailto:contato@lumenacademy.com)



<https://lumenacademy.com/>

Conheça as nossas **redes sociais**



in

