



## Risultati:

- Consapevolezza di cause ed effetti dello stress
- Scelta di strumenti per la riduzione dello stress individuale
- Aumento della proattività

## Argomenti:

- Benessere Produttivo in azienda
- Le diverse cause dello stress
- Ambiente, postura e situazione lavorativa
- Tecniche di controllo e di stimolo positivo
- La crescita della proattività



## • L'approccio e la metodologia

- **Discutere insieme cosa si intende per proattività e stress**
- **Aumentare la produttività in un attraverso *tecniche integrate di Benessere Produttivo*™**
- **Scoprire come limitare e/o incentivare lo stress (positivo)**
- **Migliorare la propria postura lavorativa**



Consigliato a chi gestisce persone e progetti :  
Manager, Staff, Front Office, Account