PROPOSTA DE PROGRAMA CORPORATIVO

Dinâmicas de Histórias Contadas e Mitos para Ambientes Corporativos

Saúde emocional · Escuta ativa
Criatividade · Desenvolvimento humano

Andrea Patrícia Eleutério Mendes
Psicóloga Clínica · Arteterapeuta
Contadora de Histórias · Artista Plástica

“A mitologia não explica a vida,
ela fala da experiência de estar vivo,
que a vida dentro de nós reconhece.”

— Joseph Campbell

CONTEXTO & OBJETIVO

Por que histórias nas empresas?

O mundo contemporâneo experimenta ameaças e incertezas. As mudanças tecnológicas imprimiram, repentinamente, um ritmo vertiginoso ao viver. As redes sociais nos bombardeiam sem critério e nos instigam a nos mostrar poderosos e seguros — enquanto nos sentimos cada vez mais solitários, alheios e sobrecarregados. Uma das preocupantes consequências dessa brusca transformação foi o aumento exponencial de casos de depressão e burnout.

Repensar esse dilema coletivo e as novas exigências do mercado torna-se cada vez mais urgente. Abrir espaços em que possamos escutar, dialogar, trocar — enfim, respirar — apresenta-se como algo de suma importância. As organizações vêm ampliando sua atenção aos fatores psicossociais do trabalho, especialmente diante das atualizações da **NR-1**, que reforçam a importância do gerenciamento dos riscos psicossociais.

> A contadora de histórias tece, paulatinamente, uma rede que envolve o grupo e o conduz, sem pressa, a caminhos surpreendentes — caminhos que sempre estiveram ali, mas que (ainda) não eram percebidos.

A participação não exige conhecimento técnico ou literário prévio. Todo tipo de público é bem-vindo. Serão apresentadas atividades especialmente eficientes em contexto de capacitação de RH, pois sugerem caminhos alternativos para se lidar com desafios sutis que ainda assim necessitam de astúcia e estratégia — como os enfrentados por Ulisses, o estrategista por excelência da *Odisseia*.

Na contracorrente da sociedade do curto prazo e dos investimentos subjetivos de retorno imediato, o encantamento com as histórias e o silêncio da escuta aparecem como um ato de resistência — e uma sugestão de outras possibilidades.

8–20	60–90'	4–8	NR-1
pessoas por grupo	duração do encontro	sessões por ciclo	alinhado à gestão psicossocial

A PROPOSTA

O que este programa entrega

A experiência como arteterapeuta, psicóloga, contadora de histórias e mitos e artista plástica permite criar grupos e vivências integrativas em ambientes clínicos, educacionais e corporativos. O programa de treinamento, voltado para todas as áreas e equipes da empresa, integra saúde emocional, comunicação empática e desenvolvimento humano por meio da arte, dos contos e da narrativa simbólica.

- Autoconhecimento e bem-estar emocional
- Habilidades de comunicação
- Resolução criativa de conflitos
- Ferramentas imaginativas práticas
- Saúde emocional no trabalho
- Escuta ativa e empatia
- Criatividade aplicada a desafios
- Vínculos e senso de pertencimento

Alinhamento à NR-1: A proposta contribui para práticas organizacionais alinhadas à gestão de riscos psicossociais prevista na NR-1, estimulando ambientes de trabalho mais saudáveis e colaborativos.

METODOLOGIA

Como funciona na prática

Antes de cada encontro, a facilitadora conversa com o gestor da equipe para identificar os desafios mais urgentes do grupo. As histórias são selecionadas para iluminar esses desafios, abrindo caminhos que a narrativa insinua e que a equipe reconhece.

01 **Escuta inicial**
Mapeamento dos desafios com o gestor antes do encontro.

02 **Narrativa oral**
A história é contada de boca a ouvido — sem recursos digitais.

03 **Reflexão coletiva**
Diálogo aberto entre participantes mediado pela facilitadora.

04 **Elaboração simbólica**
Integração das experiências via psicologia e arteterapia.

APLICAÇÕES

Onde este programa atua

Saúde Mental & Bem-estar	Programas de saúde mental e bem-estar corporativo, prevenção ao burnout e estresse ocupacional.
RH & Liderança	Treinamentos de equipes e lideranças com foco em comunicação empática e tomada de decisão.
Cultura Organizacional	Programas de desenvolvimento humano, integração e fortalecimento de equipes.

FORMATO DOS ENCONTROS

Estrutura e logística

Modalidade	Presencial (preferencialmente) ou on-line
Duração	60 a 90 minutos por encontro
Participantes	8 a 20 pessoas por grupo
Frequência	Encontro único ou ciclos de 4 a 8 encontros

A proposta valoriza o tempo da escuta e da reflexão, criando um espaço diferente do ritmo acelerado do cotidiano — contribuindo para a valorização da dimensão humana nas organizações e alinhando-se às boas práticas contemporâneas de gestão de pessoas.

Exemplo de narrativa oral — *A bola de feno dourada*

https://drive.google.com/file/d/15NqyVicjVPJO0-v0nEvdKKip-kgIfVRZ/view