



Karen Monteiro

ESPECIALISTA EM INTELIGÊNCIA
EMOCIONAL & AUTOESTIMA

- Fundadora do IBVEM e Método KM
- Pós-graduação em Psicanálise Clínica
- Master em Hipnoterapia Clínica
- Practitioner em PNL
- Treinadora de Alto Impacto Emocional
- Mais de 1.800 pessoas impactadas

NR1 - Obrigatório desde maio/26

NR1 na Prática: Saúde Mental que Gera Resultado

Uma experiência emocional profunda, prática e transformadora.

A NR1 passou a exigir, desde março de 2025, que as empresas identifiquem e gerenciem os riscos psicossociais no trabalho. Isso não é apenas uma obrigação legal, é uma oportunidade de transformar o ambiente da sua empresa. Funcionários emocionalmente saudáveis produzem mais, faltam menos e se engajam com propósito.

O QUE DIZ A NR1?

A Norma Regulamentadora nº 1 agora obriga empregadores a incluir fatores de risco psicossocial no Gerenciamento de Riscos Ocupacionais (GRO/PGR). Estresse, ansiedade, esgotamento e baixa autoestima estão na lista. Empresas que não agirem estão sujeitas a autuações e passivos trabalhistas.

POR QUE CUIDAR DA SAÚDE MENTAL DA SUA EQUIPE?

Produtividade

Equipes com saúde mental elevada são até 21% mais produtivas.

Faltas

Redução de faltas e afastamentos por causas emocionais.

Engajamento

Pessoas que se sentem bem trabalham com mais propósito e entrega.

Rotatividade

Empresas que cuidam das pessoas retêm talentos com muito mais facilidade.

PRESENCIAL
ONLINE

1 h
de duração



SOLUÇÕES PARA SUA EMPRESA

Plano de Ação NR1 | Saúde Mental | Alta Performance Emocional

Palestra: Construa sua autoestima

Presencial ou Online

Uma experiência emocional profunda que vai além da motivação. Os participantes vivenciam os 6 Pilares da Autoestima com dinâmicas práticas e ressignificação emocional ao vivo. Ideal para equipes que precisam de clareza, foco e autoconfiança para performar melhor

Palestra: Ansiedade no Trabalho

Presencial ou Online

Aborda de forma científica e prática como a ansiedade impacta a produtividade, as relações e a saúde do trabalhador. Os participantes aprendem a identificar gatilhos, regular emoções e desenvolver ferramentas concretas para o dia a dia. Entrega real: a pessoa sai sabendo o que fazer.

Workshop: Autoestima & Autoliderança

3h | Presencial ou Online

Experiência imersiva que combina conteúdo, vivência emocional e prática. Em 3 horas, os participantes desenvolvem as bases emocionais para liderar a si mesmos e às pessoas ao redor. Dinâmicas de grupo, técnicas de PNL e exercícios de ressignificação fazem dessa experiência algo memorável.

Demais palestras disponíveis

Presencial ou Online

- Jornada da ansiedade
- O poder da comunicação
- Usando a IE no dia a dia
- Como vender mais usando suas emoções
- Perfeccionismo e autocritica
- Relacionamentos profissionais
- Mentorias e tratamentos individuais
- E o tema que sua empresa demandar!

SOBRE KAREN MONTEIRO

Karen Monteiro atua como palestrante, mentora e treinadora desde 2019, conduzindo experiências transformadoras voltadas ao fortalecimento emocional em pessoas e equipes. Fundadora do IBVEM (Instituto Brasileiro de Vivência Emocional), é Master em Hipnoterapia Clínica, Practitioner em Programação neurolinguística (PNL) e Treinadora de Alto Impacto Emocional. Sua palestra combina fundamento científico com uma vivência de ressignificação emocional ao vivo, criando uma experiência profunda, prática e memorável.

INVESTIMENTO SOB CONSULTA

Proposta personalizada para sua empresa

desde
2019

DE ATUAÇÃO EM
IE E AUTOESTIMA

+1.800

PESSOAS
IMPACTADAS

+20

ANOS DE
DESENVOLVI-
MENTO PESSOAL

CONTATO

WHATSAPP
(11) 99539-9249

INSTAGRAM
@karenmonteiro.ie

SITE
karenmonteroie.com.br