

# Administração De Produção E Operações PDF

CARLOS A CORREA



Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

# Sobre o livro

Explorando a Evolução da Administração de Produção e Operações

O campo da Administração de Produção e Operações tem apresentado transformações significativas nas últimas décadas, destacando-se em três aspectos principais:

1. **Aumento da Estratégia:** A função de produção passou de uma visão meramente técnica para uma abordagem estratégica, reconhecendo seu papel vital no fortalecimento da competitividade das empresas.
2. **Expansão do Escopo:** Anteriormente focada apenas em atividades fabris, a administração de operações agora abrange também a gestão de serviços. Isso inclui tanto empresas tradicionalmente ligadas a serviços, como hospitais e companhias aéreas, quanto as indústrias que, para se destacarem, têm integrado serviços no seu portfólio para atrair e reter clientes.
3. **Gestão de Redes Operacionais:** Recentemente, a área ampliou seu foco para a gestão de redes interativas de unidades operacionais, conhecidas como "redes de suprimentos", ao invés de se concentrar apenas em fábricas ou unidades de serviços individuais.

Este livro se propõe a apresentar um panorama abrangente dos conceitos e técnicas mais atualizados de Administração de Produção e Operações. Com

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

um enfoque que equilibra teoria e aplicação prática, a obra inclui uma variedade de casos, exemplos e exercícios aplicados tanto ao contexto nacional quanto internacional.

#### Público-Alvo:

Este material é recomendado como livro-texto para as disciplinas de Administração da Produção I e II em cursos de graduação em Administração, bem como em programas de MBA e especializações. É útil para profissionais atuantes nas áreas de Produção, Operações, Marketing e Finanças, servindo também como literatura de suporte para cursos de Engenharia de Produção e Administração de Empresas, abrangendo temas como Administração de Materiais e Gestão de Projetos.

#### Fique por Dentro:

Não perca nossas atualizações! Cadastre-se para receber informações diretamente no seu e-mail (Clique aqui!).

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

# Por que usar o aplicativo Bookey é melhor do que ler PDF?



Teste gratuito com Bookey



Ad



# Experimente o aplicativo Bookey para ler mais de 1000 resumos dos melhores livros do mundo

Desbloqueie **1000+** títulos, **80+** tópicos

Novos títulos adicionados toda semana

Product & Brand

Liderança & Colaboração

Gerenciamento de Tempo

Relacionamento & Comunicação

Estratégia de Negócios

Criatividade

Memórias

Conheça a Si Mesmo

Psicologia

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mi

## Visões dos melhores livros do mundo

amento  
pos

Os 7 Hábitos das  
Pessoas Altamente  
Eficazes



Mini Hábitos



Hábitos Atômicos



O Clube das 5  
da Manhã



Como Fazer Amigos  
e Influenciar  
Pessoas



Com  
Não

Teste gratuito com Bookey





# Por que o Bookey é um aplicativo indispensável para amantes de livros



## Conteúdo de 30min

Quanto mais profunda e clara for a interpretação que fornecemos, melhor será sua compreensão de cada título.



## Clipes de Ideias de 3min

Impulsione seu progresso.



## Questionário

Verifique se você dominou o que acabou de aprender.



## E mais

Várias fontes, Caminhos em andamento, Coleções...

Teste gratuito com Bookey





# As melhores ideias do mundo desbloqueiam seu potencial

Essai gratuit avec Bookey



Digitalizar para baixar

# Administração De Produção E Operações Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

# Quem deve ler este livro **Administração De Produção E Operações**

O livro 'ADMINISTRAÇÃO DE PRODUÇÃO E OPERAÇÕES' de Carlos A. Correa é indicado para estudantes e profissionais que atuam nas áreas de administração, engenharia de produção e logística. Ele é especialmente útil para gestores e líderes que desejam compreender melhor os processos operacionais dentro de uma organização, aprimorar a eficiência produtiva e adotar práticas de gerenciamento que possam impactar positivamente os resultados. Além disso, o conteúdo do livro pode beneficiar empreendedores que buscam otimizar suas operações, melhorando a qualidade dos produtos e serviços oferecidos ao mercado.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

# Principais insights de Administração De Produção E Operações em formato de tabela

Capítulo	Tema	Resumo
1	Introdução à Administração de Produção	Explora a importância da produção e operações nas empresas, apresentando o papel estratégico da administração de operações na competitividade.
2	Estratégia de Produção	Discute como alinhar a estratégia de produção com a estratégia corporativa para otimizar recursos e atender melhor o mercado.
3	Gestão da Qualidade	Aborda práticas de gestão da qualidade, incluindo ferramentas e métodos para garantir a excelência nos processos produtivos.
4	Processos de Produção	Descreve os diferentes tipos de processos produtivos e sua seleção de acordo com os objetivos da empresa e a demanda do mercado.
5	Tecnologia e Inovação	Analisa a influência da tecnologia e da inovação na produção, destacando a automação e a indústria 4.0.
6	Gestão da Capacidade	Explora técnicas de gestão da capacidade produtiva para atender à demanda, evitando sobrecarga ou subutilização.
7	Planejamento de Produção	Discute métodos de planejamento, incluindo MRP e DRP, para garantir a fluidez dos processos produtivos.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Capítulo	Tema	Resumo
8	Controle de Estoque	Aborda a importância do controle de estoques e apresenta métodos para gerenciar inventários de forma eficiente.
9	Melhoria Contínua	Enfatiza a importância da melhoria contínua e das ferramentas como Kaizen e Lean Manufacturing para aumentar a eficiência.
10	Desempenho e Avaliação	Apresenta indicadores de desempenho e métricas para avaliar a eficácia das operações e da produção.
11	Logística e Cadeia de Suprimentos	Discute os conceitos de logística e gestão da cadeia de suprimentos, destacando a integração entre fornecedores e clientes.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

# Administração De Produção E Operações Lista de capítulos resumidos

1. Introdução à Administração de Produção e Operações: Conceitos Fundamentais
2. Gestão da Operação: Processos e Estruturas Organizacionais
3. Planejamento e Controle da Produção: Métodos e Ferramentas
4. Gestão da Qualidade: Importância e Abordagens no Contexto Operacional
5. Estratégias de Produção: Alinhamento com a Estratégia da Empresa
6. Tendências e Inovações em Produção e Operações no Século XXI

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

# 1. Introdução à Administração de Produção e Operações: Conceitos Fundamentais

A Administração de Produção e Operações (APO) é uma área crucial dentro da gestão das empresas, uma vez que se ocupa da transformação de insumos em produtos ou serviços, assegurando não apenas a eficácia, mas também a eficiência desses processos. Neste contexto, a APO envolve uma série de práticas e conceitos que buscam maximizar o valor produzido, minimizando custos e tempo, ao mesmo tempo em que se atende à demanda do mercado.

Os conceitos fundamentais da APO englobam o entendimento de como organizar recursos, sejam eles humanos, materiais ou tecnológicos, de maneira a otimizar a produção. Entre as principais definições, destaca-se o conceito de "produção", que se refere ao processo de criação de produtos e serviços, a partir da combinação de insumos que são transformados em outputs. Nesse sentido, a administração é encarregada de formular estratégias e planos que garantam que essa produção ocorra da forma mais fluida e produtiva possível.

Outro aspecto relevante é a relação entre produção e operações, que, muitas vezes, é confundida. Produção refere-se ao ato de fabricar bens, enquanto operações abrangem também a entrega e a gestão de serviços. Assim, é essencial para os gestores entender que, em ambientes de produção, a eficiência operacional não se traduz apenas na capacidade de produzir mais,



mas também na habilidade de integrar diferentes processos para atender às necessidades dos clientes e do mercado.

A gestão da produção e operações também leva em conta a necessidade de um planejamento cuidadoso, que inclui previsões de demanda, controle de estoques e manutenção de equipamentos. Para isso, é fundamental considerar o ambiente operacional, que pode variar de acordo com o tipo de produto, o volume de produção e a diversidade dos processos envolvidos. Por exemplo, operações que movimentam grandes volumes de produtos agrícolas diferem significativamente das que envolvem a fabricação de peças sob medida para a indústria automotiva.

Além das operações internas, a interação com fornecedores e a logística são componentes fundamentais da administração de produção. A escolha de fornecedores e a forma como os materiais são adquiridos podem impactar diretamente a eficiência da produção e os custos operacionais. A análise crítica desses fatores permite às empresas não apenas reduzir custos, mas também melhorar a qualidade e a velocidade na entrega de produtos e serviços.

Portanto, a introdução à Administração de Produção e Operações estabelece uma base sólida para o entendimento dos processos organizacionais. Ao reconhecer a interdependência entre produção, operações e o ambiente

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

competitivo, os gestores podem alinhar suas atividades operacionais à estratégia global da empresa, buscando continuamente a melhoria e a inovação.

Em suma, a Administração de Produção e Operações é um campo dinâmico e multifacetado que exige um conhecimento profundo das ferramentas e metodologias com o intuito de atingir não apenas a eficácia operacional, mas, sobretudo, a satisfação do cliente e a sustentabilidade a longo prazo no ambiente empresarial.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

## 2. Gestão da Operação: Processos e Estruturas Organizacionais

A gestão da operação é um elemento crucial na administração de produção e operações, pois envolve a criação de processos eficientes e a estruturação adequada das organizações para otimizar recursos e atender às demandas do mercado. Nesta seção, exploraremos os principais processos envolvidos na operação, assim como as estruturas organizacionais que facilitam a execução dessas atividades.

Os processos operacionais incluem uma série de atividades interligadas que transformam insumos em produtos ou serviços. Esta transformação pode ser observada em diferentes contextos, como fábricas de manufatura, empresas de serviços e cadeias de suprimentos. Os processos são fundamentais, pois são responsáveis pela eficiência e eficácia das operações, impactando diretamente na qualidade dos produtos e na satisfação do cliente.

Um dos primeiros passos na gestão da operação é a definição clara dos processos. Os gestores devem identificar atividades-chave, fluxos de trabalho e interações entre diferentes áreas. Isso pode incluir a análise dos ciclos de produção, a identificação de gargalos, e a busca por melhorias contínuas. Ao realizar este mapeamento, as organizações podem visualizar oportunidades de otimização, reduzir custos e aumentar a produtividade.



Além disso, a implementação de tecnologias, como sistemas de automação e ferramentas de gestão de dados, pode revolucionar a forma como os processos operacionais são executados. Por exemplo, o uso de sistemas ERP (Enterprise Resource Planning) permite uma integração de informações em tempo real, facilitando a tomada de decisão e a capacidade de resposta ao mercado.

A estrutura organizacional, por sua vez, determina como essas operações são gerenciadas e coordenadas. Existem diferentes tipos de estruturas organizacionais, como a funcional, a matricial, e a por projetos, cada uma com suas características e implicações na gestão das operações. Em uma estrutura funcional, as atividades estão agrupadas por funções, como produção, marketing ou finanças, permitindo uma especialização maior. Já na estrutura matricial, a organização é dividida em equipes que trabalham simultaneamente em projetos, promovendo maior flexibilidade e colaboração, mas exigindo uma coordenação mais eficiente.

A escolha da estrutura organizacional certa depende do tipo de operação e dos objetivos estratégicos da empresa. Estruturas mais rígidas podem ser eficazes em ambientes estáveis, mas em contextos dinâmicos e competitivos, a agilidade e adaptabilidade proporcionadas por estruturas menos convencionais ganham destaque.



Por fim, a cultura organizacional e a liderança também desempenham papéis essenciais na gestão da operação. Uma cultura que promove a colaboração, inovação e a busca pela excelência operacional pode impulsionar o desempenho geral da organização. A liderança efetiva garante que todos os membros da equipe compreendam sua função dentro dos processos e se sintam motivados a contribuir para o sucesso coletivo.

Em suma, a gestão da operação envolve não apenas a criação de processos eficientes, mas também a construção de estruturas organizacionais que suportem e potencializem essas operações. Um entendimento profundo desses aspectos pode levar a melhorias significativas na produção e no atendimento ao cliente, garantindo que as organizações permaneçam competitivas em um mercado em constante evolução.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

### 3. Planejamento e Controle da Produção: Métodos e Ferramentas

O Planejamento e Controle da Produção (PCP) é uma função vital dentro da administração de produção e operações, sendo responsável por garantir que os processos produtivos ocorram de maneira eficiente e eficaz. Essa área envolve uma série de métodos e ferramentas voltados para a transformação de insumos em produtos finais, assegurando que a produção atenda às demandas dos clientes, dentro dos prazos e com a qualidade desejada.

Uma das principais etapas do PCP é o planejamento da produção, que assegura que a capacidade produtiva seja adequadamente dimensionada e que os recursos necessários estejam disponíveis quando requeridos. Para isso, diversas técnicas são empregadas, como o MRP (Material Requirements Planning), que busca determinar a quantidade e o momento de aquisição de materiais. O MRP considera as previsões de demanda, nível de estoque, e os lead times de aquisição, permitindo um gerenciamento rigoroso do fluxo de materiais e evitando tanto a falta quanto o excesso de estoques.

Outra ferramenta importante é o JIT (Just In Time), que foca na redução de estoques ao mínimo, de modo que os materiais sejam adquiridos apenas na quantidade e no momento em que são realmente necessários para a produção. Isso não apenas reduz custos, mas também aumenta a flexibilidade da produção e melhora a eficiência operacional.



Além dessas abordagens, o agendamento da produção é crucial para otimizar a sequência de operações no chão de fábrica. Com o uso de técnicas como o Balanced Scorecard, as empresas podem monitorar o desempenho de suas operações em tempo real, ajustando cronogramas e recursos conforme necessário. A utilização de software de gestão, que integra informações sobre vendas, estoques, e capacidade produtiva, é uma tendência crescente que facilita o agendamento apropriado e a alocação eficiente dos recursos.

No que diz respeito à execução do plano de produção, a ferramenta de Controle Estatístico de Processo (CEP) desempenha um papel fundamental na gestão da qualidade ao longo da produção. O CEP monitora variáveis por meio de gráficos de controle, permitindo a identificação de desvios e a possibilidade de intervenções preventivas antes que se tornem problemas significativos, contribuindo assim para a manutenção da qualidade dos produtos.

Por fim, a integração de conceitos de Lean Manufacturing no PCP tem sido uma estratégia eficaz para eliminar desperdícios e aumentar a eficiência. O pensamento enxuto implica na identificação de todas as etapas que não agregam valor ao produto e na eliminação dessas etapas, resultando em processos mais simplificados e custos reduzidos.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

Em suma, o Planejamento e Controle da Produção é um campo dinâmico e multifacetado, que exige a aplicação de diversas ferramentas e métodos para atender as exigências do mercado contemporâneo. O domínio dessas técnicas é essencial para que as organizações consigam se destacar em um ambiente competitivo, maximizando a eficiência operacional e garantindo a satisfação do cliente.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

## 4. Gestão da Qualidade: Importância e Abordagens no Contexto Operacional

A gestão da qualidade é um dos pilares fundamentais dentro do contexto da administração de produção e operações, sendo essencial para garantir que os produtos e serviços atendam às necessidades e expectativas dos clientes. A importância da qualidade se reflete diretamente em fatores como a satisfação do cliente, a competitividade no mercado e a eficiência operacional. Em um ambiente empresarial cada vez mais globalizado e dinâmico, a qualidade deixa de ser um mero requisito de conformidade e se transforma em uma estratégia de sobrevivência e crescimento.

No contexto operacional, a gestão da qualidade abrange diversas abordagens que buscam melhorar não apenas o produto final, mas também todos os processos envolvidos na produção. Entre essas abordagens, destacam-se a Gestão da Qualidade Total (TQM), as Normas ISO, e a metodologia Seis Sigma. A Gestão da Qualidade Total enfatiza a responsabilidade de todos os colaboradores na busca por melhorias contínuas e na eliminação de desperdícios, promovendo uma cultura organizacional centrada na qualidade. As normas ISO, por sua vez, oferecem um conjunto de diretrizes que padronizam processos e garantem que as melhores práticas sejam seguidas, contribuindo para a confiança do cliente na qualidade dos produtos ou serviços oferecidos.



A metodologia Seis Sigma foca na redução da variabilidade em processos considerados críticos, utilizando técnicas estatísticas para identificar e eliminar defeitos. Essa abordagem não apenas melhora a qualidade, mas também se reflete em uma redução de custos operacionais e um aumento significativo na satisfação do cliente.

Outro aspecto relevante na gestão da qualidade é o uso da análise de dados para embasar decisões. A coleta e a análise de dados referentes à qualidade do produto e desempenho do processo permitem não apenas identificar problemas, mas também prever tendências e, conseqüentemente, desenvolver estratégias proativas de melhoria.

Além disso, a voz do cliente é um aspecto central na gestão da qualidade. As empresas precisam entender e atuar sobre as necessidades e expectativas de seus consumidores. Ferramentas como pesquisa de mercado, feedback pós-venda e análises de reclamações são indispensáveis para garantir que as ações de qualidade estejam alinhadas com o que o cliente realmente valoriza.

Em suma, a gestão da qualidade não é uma prática isolada, mas sim um conceito integrado na administração de produção e operações. Ela promove não só a excelência na entrega de produtos e serviços, mas também uma cultura de melhoria contínua, alinhando todos os colaboradores em prol de um objetivo comum: a satisfação do cliente. O foco na gestão da qualidade,



portanto, se torna um diferencial competitivo em um mundo onde os consumidores estão cada vez mais exigentes e informados.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

## 5. Estratégias de Produção: Alinhamento com a Estratégia da Empresa

As estratégias de produção desempenham um papel crucial no sucesso das organizações, uma vez que elas precisam estar em total sintonia com a estratégia geral da empresa. Este alinhamento é fundamental para que as operações não sejam apenas executadas de forma eficiente, mas também que contribuam diretamente para os objetivos estratégicos definidos no nível corporativo.

Primeiramente, é essencial entender que a estratégia de produção envolve decisões relacionadas a como os produtos são criados e entregues, englobando aspectos como tecnologia, processos, recursos humanos, comunicação e distribuição. Essas decisões devem refletir não apenas as capacidades internas da organização, mas também as demandas e tendências do mercado, dado que estas influenciam diretamente a competitividade da empresa. Por isso, um dos principais desafios dos gestores de produção é harmonizar suas operações com a proposta de valor da empresa.

Uma abordagem prática para alcançar esse alinhamento é a utilização de frameworks estratégicos que tornam visíveis as relações entre as operações e o plano estratégico maior. Por exemplo, quando uma empresa decide competir por meio da inovação, sua estratégia de produção deve priorizar a flexibilidade e a agilidade, permitindo o lançamento rápido de novos



produtos. Da mesma forma, se a estratégia é baseada em custo, a produção deve se concentrar na eficiência operacional, minimizando desperdícios e aumentando a produtividade.

Além disso, a segmentação do mercado também pode demandar diferentes estratégias de produção. Empresas que atendem a nichos de mercado podem optar por processos de produção mais personalizados, enquanto aquelas que atuam em massa precisarão de um enfoque mais padronizado. Portanto, a compreensão da natureza do mercado-alvo é vital para que as operações de produção possam ser desenhadas de forma a maximizar a satisfação do cliente e, assim, alcançar as metas impostas pela estratégia corporativa.

É importante mencionar a necessidade de um feedback contínuo entre as operações e a estratégia empresarial. Mudanças nas condições de mercado, na tecnologia ou nas preferências dos consumidores podem exigir ajustes frequentes nas estratégias de produção. Nesse contexto, as organizações precisam cultivar uma cultura organizacional que valorize a adaptabilidade e o aprendizado, permitindo que as operações se reajustem e permaneçam alinhadas com a estratégia mais ampla da empresa.

Em suma, o alinhamento entre as estratégias de produção e a estratégia da empresa não é apenas desejável, mas essencial. A integração efetiva entre essas duas dimensões contribui para a eficiência operacional e proporciona



uma vantagem competitiva sustentável, permitindo que as empresas não apenas sobrevivam, mas prosperem em um ambiente de negócios dinâmico e desafiador.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

## 6. Tendências e Inovações em Produção e Operações no Século XXI

No século XXI, a Administração de Produção e Operações passa por um transformador cenário, impulsionado por inovações tecnológicas e mudanças nas exigências do mercado. A evolução das tecnologias de informação e a integração da Internet das Coisas (IoT) nos processos produtivos são algumas das principais tendências que têm revolucionado a forma como as operações são geridas.

Uma das inovações mais significativas tem sido a digitalização da cadeia de suprimentos. Com o uso de plataformas de software avançadas e sistemas de inteligência artificial, as empresas agora conseguem monitorar, planejar e otimizar suas operações em tempo real. Isso não só aumenta a eficiência operacional, mas também proporciona uma maior visibilidade sobre a logística e o fluxo de materiais. O uso de big data e análises preditivas permite que as organizações antecipem problemas e ajustem as suas operações com base em dados concretos, melhorando a tomada de decisão e reduzindo riscos.

Além disso, o conceito de Indústria 4.0 tem ganhado destaque, promovendo a automação e a interconexão de máquinas e sistemas. Robôs colaborativos, ou cobots, estão sendo integrados a linhas de produção para aumentar a eficiência e diminuir a carga de trabalho humana em atividades repetitivas e



perigosas. Esta nova era de automação não só melhora a produtividade, mas também oferece a flexibilidade necessária para atender à crescente demanda por personalização e variação de produtos.

A sustentabilidade também é uma preocupação crescente nas operações do século XXI. As empresas estão cada vez mais se voltando para práticas que minimizem o impacto ambiental de suas atividades. Isso inclui a adoção de metodologias como Lean Manufacturing e Six Sigma, que visam a eliminação de desperdícios e a maximização do valor. Modalidades como a produção circular, que consistem em reutilizar materiais e reduzir resíduos, estão se tornando normais, refletindo uma mudança na percepção do consumidor em relação ao meio ambiente e à responsabilidade social das empresas.

Outra tendência importante é a customização em massa, possibilitada pela tecnologia. As organizações estão utilizando sistemas flexíveis que permitem atender rapidamente demandas específicas dos clientes, sem comprometer a eficiência. Isso é possível através da personalização de produtos em larga escala, atendendo a individualização das preferências dos consumidores, o que se torna uma vantagem competitiva no mercado atual.

Por fim, a gestão de talentos e a formação contínua se tornaram essenciais em um ambiente de rápida mudança. As habilidades requeridas estão em

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

constante evolução e as empresas precisam investir no desenvolvimento de seus colaboradores. A adaptação às novas tecnologias e metodologias de trabalho é crucial para que os profissionais consigam desempenhar suas funções em um cenário dinâmico e inovador.

Em resumo, as tendências e inovações em produção e operações no século XXI são definidas por uma intersecção de tecnologia, sustentabilidade e personalização. À medida que os mercados se tornam mais competitivos e os consumidores mais exigentes, as empresas que adotam essas inovações não só sobrevivem, mas prosperam em um ambiente operacional cada vez mais complexo.

**Mais livros gratuitos no Bookey**



Digitalizar para baixar

# 5 citações chave de Administração De Produção E Operações

1. A produção é a atividade responsável por transformar insumos em produtos, sendo essencial para o funcionamento das organizações.
2. O controle da qualidade deve ser um processo contínuo e integrado à produção, garantindo a satisfação do cliente.
3. A eficiência operacional é uma combinação de práticas que visam minimizar custos enquanto maximizam a produtividade.
4. Gestão de estoques é uma parte crítica da administração de operações, pois impacta diretamente o fluxo financeiro e a capacidade de atendimento ao cliente.
5. A tecnologia e a inovação são fatores determinantes na competitividade das empresas modernas, exigindo adaptação e evolução constante.





Digitalizar para baixar



# Bookey APP

Mais de 1000 resumos de livros para fortalecer sua mente

Mais de 1M de citações para motivar sua alma

## Clipes de ideias de 3 minutos

Acelere seu progresso



### Evitar Críticas em Relacionamentos Interpessoais

Criticar os outros apenas provoca resistência e prejudica a autoestima deles, despertando ressentimento ao invés de resolver problemas. Lembre-se de que qualquer tolo pode criticar, mas é preciso caráter e autocontrole para ser compreensivo e perdoar.

Exemplo(s) ▶

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas



## Mantenha a Sequência

Desafio de crescimento de 21 dias

### Desafio de Crescimento Pessoal de 21 Dias

Meta diária: 0/5 min

Lêla ou ouça para atingir sua meta

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

DIA 21

Obter recompensa do desafio



0 vezes

Você completou



Descobrir

Biblioteca

Eu

## Escolha sua área de foco

### Quais são seus objetivos de leitura?

Escolha de 1 a 3 objetivos

Ser uma pessoa eficaz

Ser um pai melhor

Ser feliz

Melhorar habilidades sociais

Abrir a mente com novos conheci...

Ganhar mais dinheiro

Ser saudável

Continuar