
RESISTIR COM CORPORETA

CONFISSÕES SOBRE ESTRESSE
E DEPRESSÃO NO TRABALHO
E NA VIDA

ADRIANO SILVA

ROCCO

SÉRIE
O EXECUTIVO
SINCERO

Resumo de Ansiedade Corporativa

Depois de *O executivo sincero*, em que aborda as relações humanas no mundo corporativo –uma metáfora da própria vida, com sua balança cotidiana de erros e acertos, sucessos e fracassos –, Adriano Silva oferece, em seu novo livro, um testemunho franco sobre temas considerados tabu no universo do trabalho e compartilha com o leitor suas experiências sobre como enfrentar sentimentos como ansiedade, depressão, medo e melancolia, dentro e fora do escritório. Jornalista e executivo com passagens por grandes empresas, atualmente sócio da The Factory, que publica o elogiado *Projeto Draft*, o autor mostra que uma carreira bem-sucedida não se faz somente de competências técnicas; brilho no olhar, coragem para superar (não encobrir) os medos e um sorriso sincero no rosto são essenciais.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)