

Coaching

Viana Abreu

director@portaldoser.com

AEP, Leça da Palmeira

21 janeiro 2015



“se queres conhecer o mundo conhece-te a ti mesmo”

autoconhecimento



utilizar a ferramenta primária com qualidade...

autodomínio

Poder Pessoal

Corpo

Emoções

Observador

Mente

Posses



O tempo como uma ferramenta





Perdidos em pensamentos

Passado

Presente

Futuro

Culpa

Medo

Agora
(ilusório)



Utilizando os pensamentos

Passado

Presente

Futuro



Paz

Criação

Agora
(lúcido)



From **Dreamer** to Creator

Passado

Presente

Futuro

Culpa

Medo

Perdão

Aceitação

Libertação

Gratidão

Paz

Criação

Agora
(lúcido)



Abertura consciente à mudança

autoconhecimento

Alterações

(positivas)

Transformações

(com sentido)

Mutações

(evolutivas)



Coaching





Coaching

Metodologia

Potencial humano

Pensamento positivo

Foco

Consciencialização

Responsabilização

Compromisso

Impacto

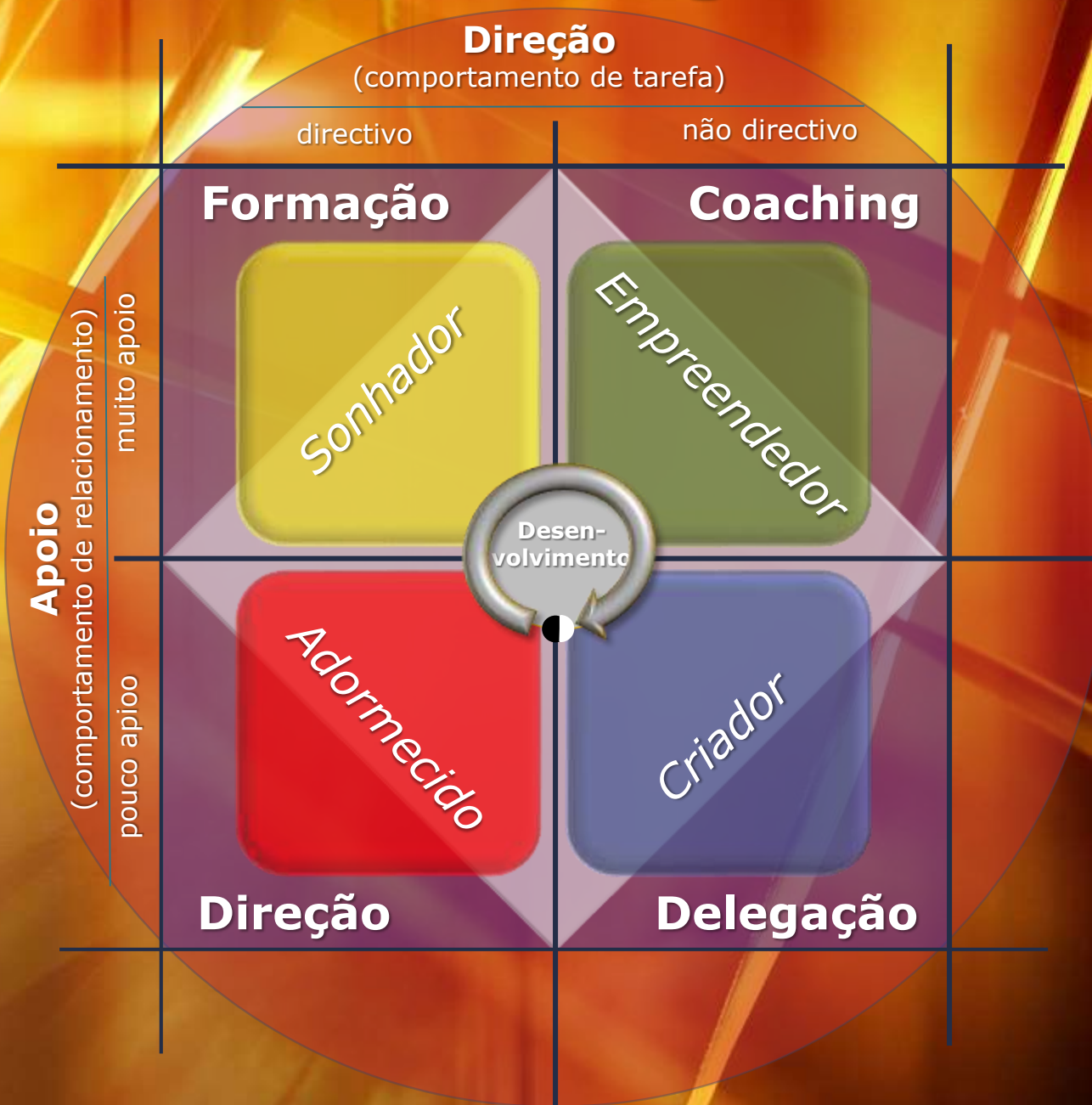
Acção motivada

Resultados Positivos

Desenvolvimento integral



Líder integral





Viana Abreu
director@portaldoser.com

