

MARINA CERVINI

COACHING

A RODA

DAVIDA

CRIANDO O SEU  
PROJETO DE EQUILÍBRIO E  
AUTOCONHECIMENTO



MADRAS®

## Resumo de Coaching a Roda da Vida

Quantas vezes você já sentiu a sua vida como um peso? Ou então aconteceram sequências de fatos desagradáveis que sabotaram seu crescimento e sucesso? Você já perdeu ótimas oportunidades por não conseguir compreender a dinâmica das suas escolhas e atitudes?

Seus recursos financeiros suprem e satisfazem suas necessidades, vontades e sonhos? Lidar com a ansiedade tem sido um desafio? Como estão os aspectos físicos, mentais e emocionais que integram sua saúde?

E suas relações? Proporcionam alegria e plenitude? Quanto feliz você realmente é? Você acredita que em algum momento tudo pode ruir, sem que se dê conta de por onde a desconstrução de você mesmo começou?

O que você vai fazer a respeito? Somos seres integrais e todas as partes da nossa vida estão em profunda conexão. Ao negligenciar alguma delas, estamos criando desequilíbrio em todas as outras, o que irá gerar a curto ou longo prazo consequências possivelmente doloridas.

Um efeito dominó. Por meio deste livro, baseado na ferramenta de Coaching – A Roda da Vida, você compreenderá quais pontos estão em desequilíbrio em sua vida, como eles têm afetado sua jornada e como você pode equilibrar cada um deles para concretizar o seu melhor.

De maneira criativa e dinâmica, irá criar seu projeto pessoal de equilíbrio baseado em suas necessidades.

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