PAULO VIEIRA, PhD

AUTOR DO BEST-SELLER O PODER DA AÇÃO

MANUAL PRÁTICO PARA UMA VIDA EXTRAORDINÁRIA

FOCO NA PRÁTICA

O PROGRAMA DE 2 MESES PARA SE MANTER FOCADO EM SEUS OBJETIVOS E ATINGIR O SUCESSO EM TODAS AS ÁREAS DA SUA VIDA

Caderno de exercícios

Gente editora

Resumo de Foco na Prática

Este workbook tem o objetivo de mantê-lo no caminho das realizações durante 60 dias. Esse é o tempo garantido para a completa mudança de hábitos e atitudes. E também é a garantia de que seus projetos e sonhos engavetados sejam realizados.

Por meio de frases inspiradoras, da metodologia do Coaching Integral Sistêmico, de exercícios diários e de ferramentas exclusivas da Febracis, você se manterá focado nas suas metas, reflexões, decisões e hábitos produtivos durante dois meses, sempre buscando se tornar uma pessoa melhor e mais realizada em todas as áreas da vida.

Para quem nunca fez um processo de coaching, esta será uma amostra de que é possível chegar a qualquer lugar, a partir das reflexões certas e de ações massivas. Para quem está fazendo coaching ou já passou pelo processo, este caderno é um convite a não parar de agir até que seus objetivos sejam alcançados.

Com este programa, seus hábitos serão produtivos e fluídos e o sucesso será resultado do seu estilo de vida. Você vai utilizar as seguintes ferramentas: Mapa de Autoavaliação Sistêmico (MAAS), que avalia o estado atual da sua vida em todos os pilares: espiritual, parentes, conjugal, filhos, saúde, social, servir ao próximo, intelectual, financeiro, profissional e emocional.

Mural da Vida Extraordinária, que o manterá focado e motivado na busca de seus objetivos. Objetivos para cada pilar, em que tendo estabelecido sua visão positiva de futuro, você transformará essa visão em objetivos concretos e metas neurologicamente corretas.

Acesse aqui a versão completa deste livro