

# COACHING TALKS

2º EVNTO DE COACHING DO RIO2

## PENSAMENTO, UMA PONTE PARA NOSSOS RESULTADOS

Realização:

930

METROS  
COACHING

Apoio:

**AMORIO2**  
ASSOCIAÇÃO DOS MORADORES DO RIO2

# MEUS SINCEROS AGRADECIMENTOS

A **DEUS**, em 1º lugar, pelo privilégio de poder estar aqui.  
A **ELE** toda Honra e toda Glória.

À **AMORIO2** que nos concedeu esta oportunidade  
para compartilhar experiências.

Aos funcionários da **AMORIO2** pelo carinho com que  
nos receberam e pela dedicação.

**E A VOCÊ PELA SUA PRESENÇA.**

# COACHING TALKS

2º EVNTO DE COACHING DO RIO2

**“O PENSAMENTO POSITIVO PODE VIR NATURALMENTE, MAS TAMBÉM PODE SER APRENDIDO E CULTIVADO, MUDE OS SEUS PENSAMENTOS E MUDARÁ O SEU MUNDO.”**

***(Norman Vincent Peale)***

Realização:

930

METROS  
COACHING

Apoio:

**AMORIO2**  
ASSOCIAÇÃO DOS MORADORES DO RIO2

# ONDE QUEREMOS CHEGAR?

- BEM ESTAR?
- VALORIZAÇÃO PESSOAL?
- RESPEITO?
- RESULTADOS?
- CRESCIMENTO PROFISSIONAL?
- PAZ?
- .....

# CONSTRUINDO PONTES



**ESTADO  
ATUAL**



**ESTADO  
DESEJADO**

# CONSTRUINDO PONTES

**PRESSÃO**  
**ANGÚSTIA**  
**ANSIEDADE**  
**ESTRESS**

**POUCO RESULTADO**  
**MOMENTOS DE ALEGRIA**  
**FINANÇAS APERTADAS**  
**CRISE NOS**  
**RELACIONAMENTOS**



**ALÍVIO**  
**TRANQUILIDADE**  
**EQUILÍBRIO**  
**VIGOR**  
**VIDA DE SUCESSO**  
**VIDA DE ALEGRIA**  
**INVESTIMENTOS**  
**RELACIONAMENTOS**  
**SAUDÁVEIS**

**ESTADO**  
**ATUAL**

**ESTADO**  
**DESEJADO**

# CONSTRUINDO PONTES

O RESULTADO DE QUALQUER  
EMPREENDIMENTO SÓ PODERÁ SER  
ALCANÇADO SE A **CAPACIDADE HUMANA**  
ESTIVER PRESENTE PARA PENSAR,  
IDEALIZAR, PLANEJAR E EXECUTAR BEM AS  
TAREFAS PARA OBTER O QUE SE DESEJA.

*Sergio Oliveira*

**PESSOAS SÃO MAIS IMPORTANTES QUE COISAS.**

**ACREDITE EM VOCÊ!**

**Link do Vídeo no Youtube:  
<https://youtu.be/XxQN6lBeQtQ>**

**SEU PENSAMENTO É UMA PONTE PARA O SEU RESULTADO!**

## COMO GERAR GANHOS?

**“A mente que se abre a uma nova ideia jamais voltará ao seu tamanho original.”**

*Albert Einstein*

# INTELIGÊNCIA

É UM PROCESSO DE:

- INTERPRETAÇÃO DE UMA INFORMAÇÃO
- SUA SUBSEQUENTE UTILIZAÇÃO
- COM VISTAS À OBTENÇÃO DE UM RESULTADO

# PENSAMENTO



**A CHAVE DA DA INTELIGÊNCIA!**

**O QUE O HOME PENSA DE SI  
MESMO ASSIM ELE É.**

*Provérbios 23:7*

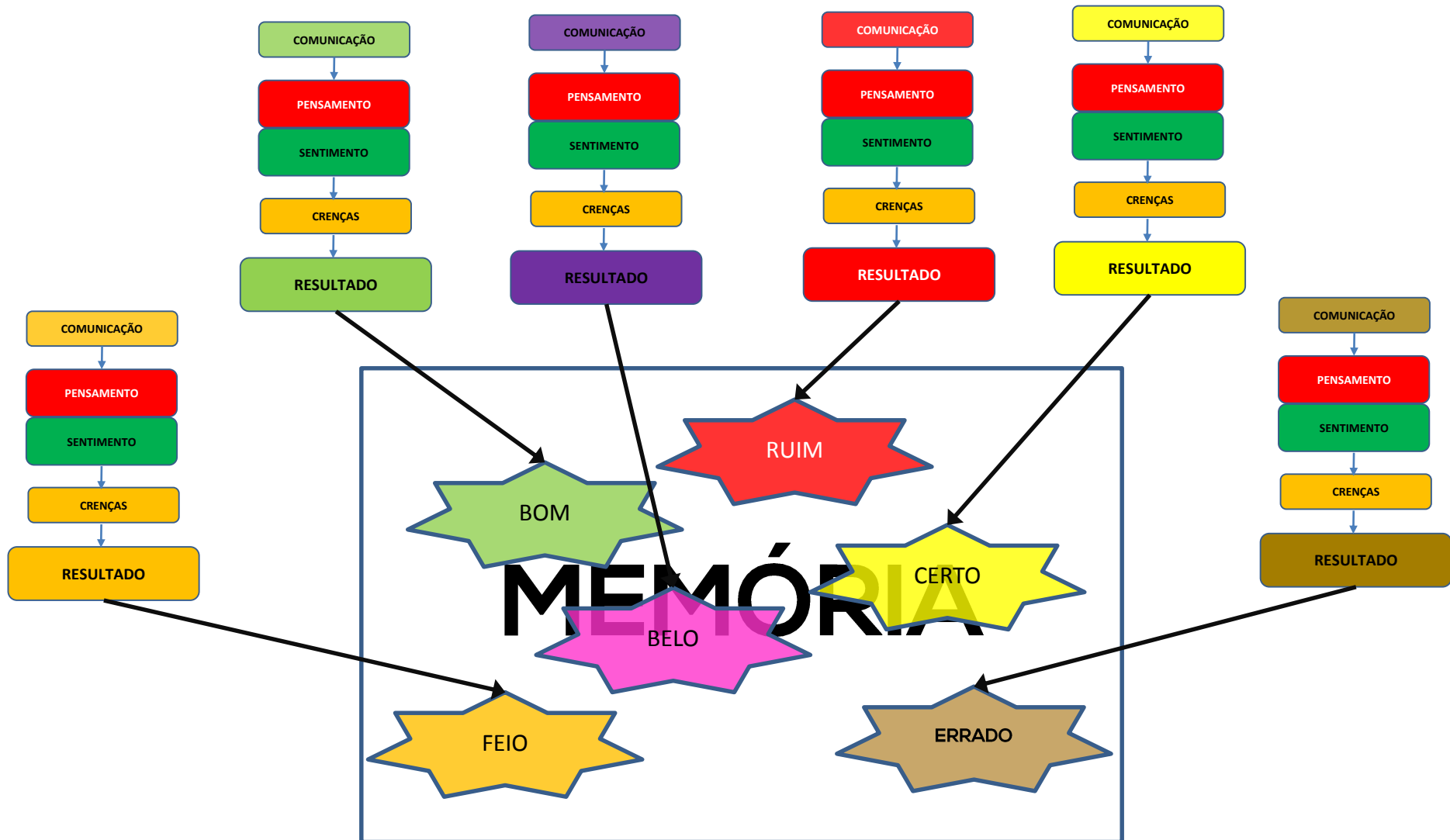
# **NOSSOS RESULTADOS**

- ❑ SÃO DETERMINADOS PELA MANEIRA COMO USAMOS NOSSOS CONCEITOS SOBRE A VIDA.**
- ❑ SE GERENCIARMOS ESTES CONCEITOS, E ATÉ OS TROCARMOS, MUDAREMOS OS RESULTADOS NA DIREÇÃO DO NOSSO PROPÓSITO DE VIDA.**

# O QUE SÃO PRÉ-CONCEITOS?

SÃO TODAS AS **PROGRAMAÇÕES MENTAIS** (SINAPSES NEURAIS) ADQUIRIDAS COMO APRENDIZADO DURANTE A VIDA E **QUE DETERMINAM** OS COMPORTAMENTOS, ATITUDES, **RESULTADOS**, CONQUISTAS E QUALIDADE DE VIDA.

# MATRIZ DE FORMAÇÃO DE PRÉ-CONCEITOS,



# NOSSOS PENSAMENTOS

Toda vez que nos defrontamos com algum estímulo, fazemos automaticamente a leitura da memória e construímos **pensamentos que contém pre-conceitos** sobre esse estímulo.

Se não **reciclamos** estes pensamentos (**agimos por impulso**), vivemos sob a ditadura do preconceito e, assim, **congelamos a inteligência** e nos fechamos para outras possibilidades de pensar, **aprimosamos o pensamento** e nos tornamos radicais.

*Dr. Augusto Cury no Livro "O Mestre dos Mestres."*

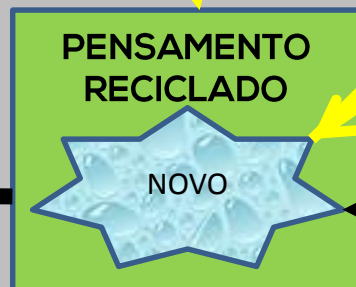
## FUNÇÕES DA MEMÓRIA

INTELECTO, AUTOCRÍTICA,  
RESILIÊNCIA, ALTRUISMO,  
DEBATE DE IDÉIAS,  
CARISMA, CRIATIVIDADE,  
GESTÃO DE EMOÇÕES,  
PRAZER DE VIVER

# ESTÍMULO TRAUMÁTICO



INTELIGÊNCIA  
(Interpretação)



SIM

RECICLAGEM ?  
(É A SENHA)

NÃO



DECISÃO

AÇÃO

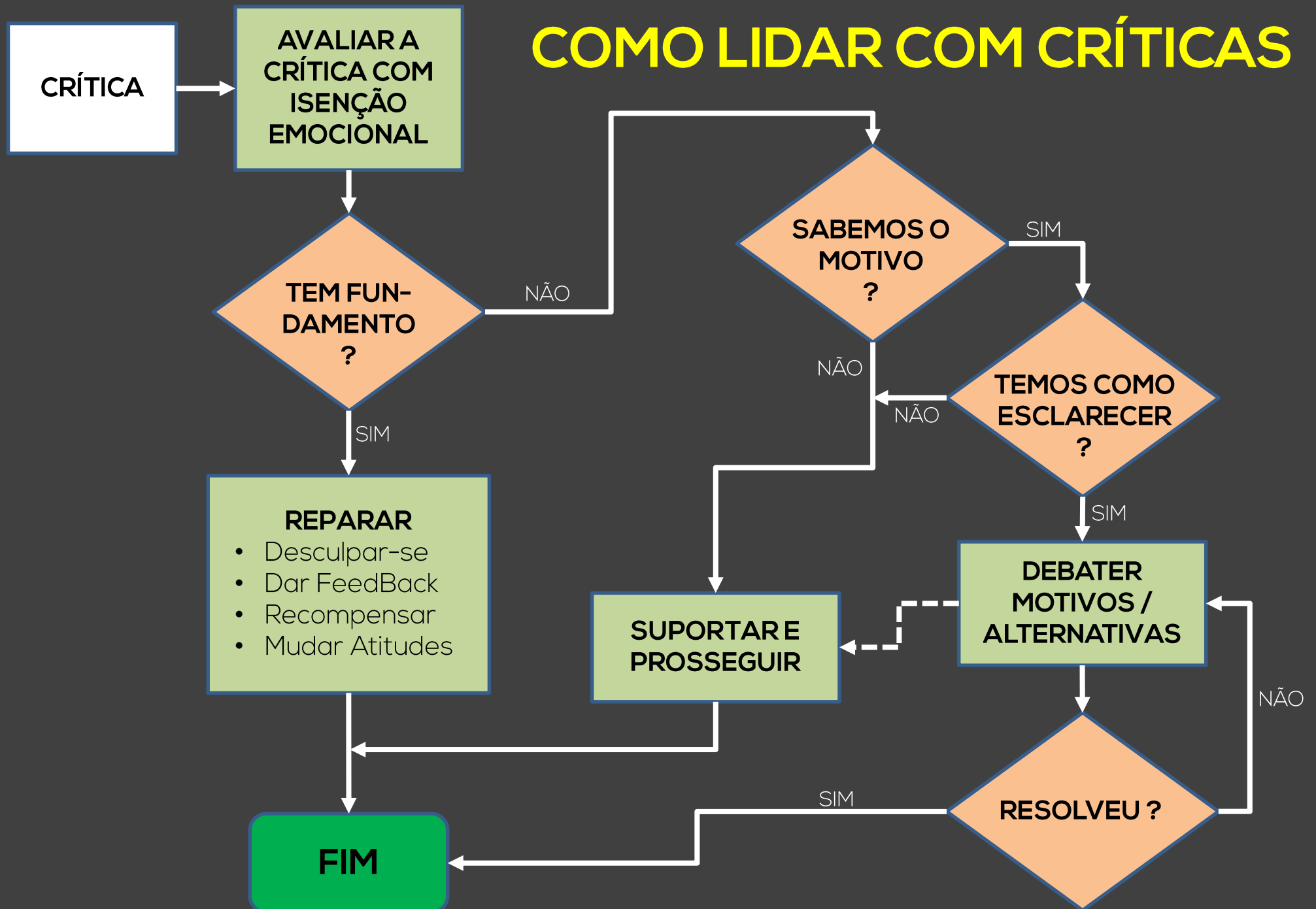
RESULTADO

DECISÃO

AÇÃO

NOVO RESULTADO

# COMO LIDAR COM CRÍTICAS



Examinai tudo. Retende o que for bom.” (1 Tessalonicenses 5:21)

# COACHING TALKS

2º EVNTO DE COACHING DO RIO2

**“NUNCA REAJA EMOCIONALMENTE ÀS CRÍTICAS. ANALISE A SI MESMO PARA DETERMINAR SE ELAS SÃO JUSTIFICADAS. SE FOREM, CORRIJA-SE. CASO CONTRÁRIO, CONTINUE VIVENDO NORMALMENTE.”**  
**(Norman Vincent Peale)**

Realização:

930

METROS  
COACHING

Apoio:

**AMORIO2**  
ASSOCIAÇÃO DOS MORADORES DO RIO2

# NOSSO PENSAMENTO



**ESTADO  
ATUAL**



**ESTADO  
DESEJADO**

# HABILIDADES PSÍQUICAS

## Funções da inteligência



# **BENEFÍCIOS DO CONHECIMENTO E USO DAS HABILIDADES PSÍQUICAS**

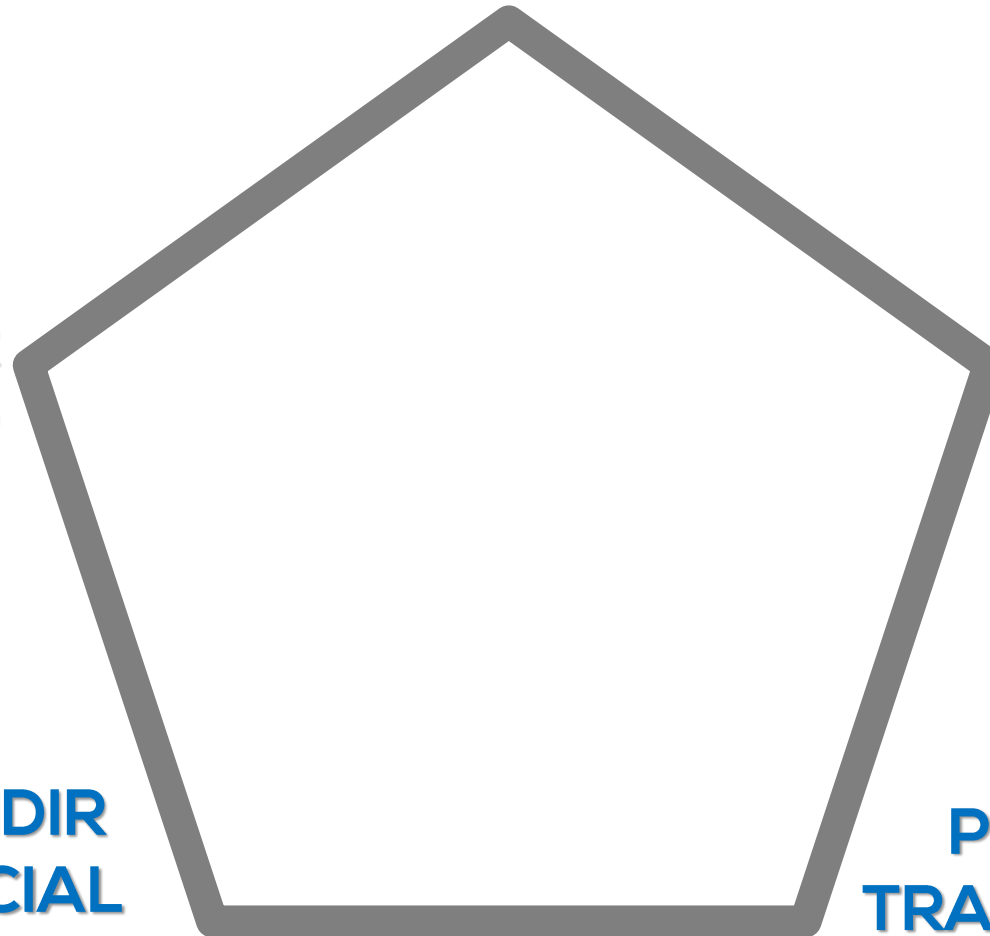
**DESENVOLVER  
CONSCIÊNCIA CRÍTICA**

**PROTEGER  
A EMOÇÃO**

**SE TORNAR  
GESTOR DA  
MENTE**

**EXPANDIR  
POTENCIAL  
INTELLECTUAL**

**PREVENIR  
TRANSTORNOS  
PSÍQUICOS**



**USO DAS HABILIDADES PSÍQUICAS**  
**INTELIGÊNCIA**  
**VÍDEO**

# PAI E FILHO IRONMAN

Link do Vídeo no Youtube:

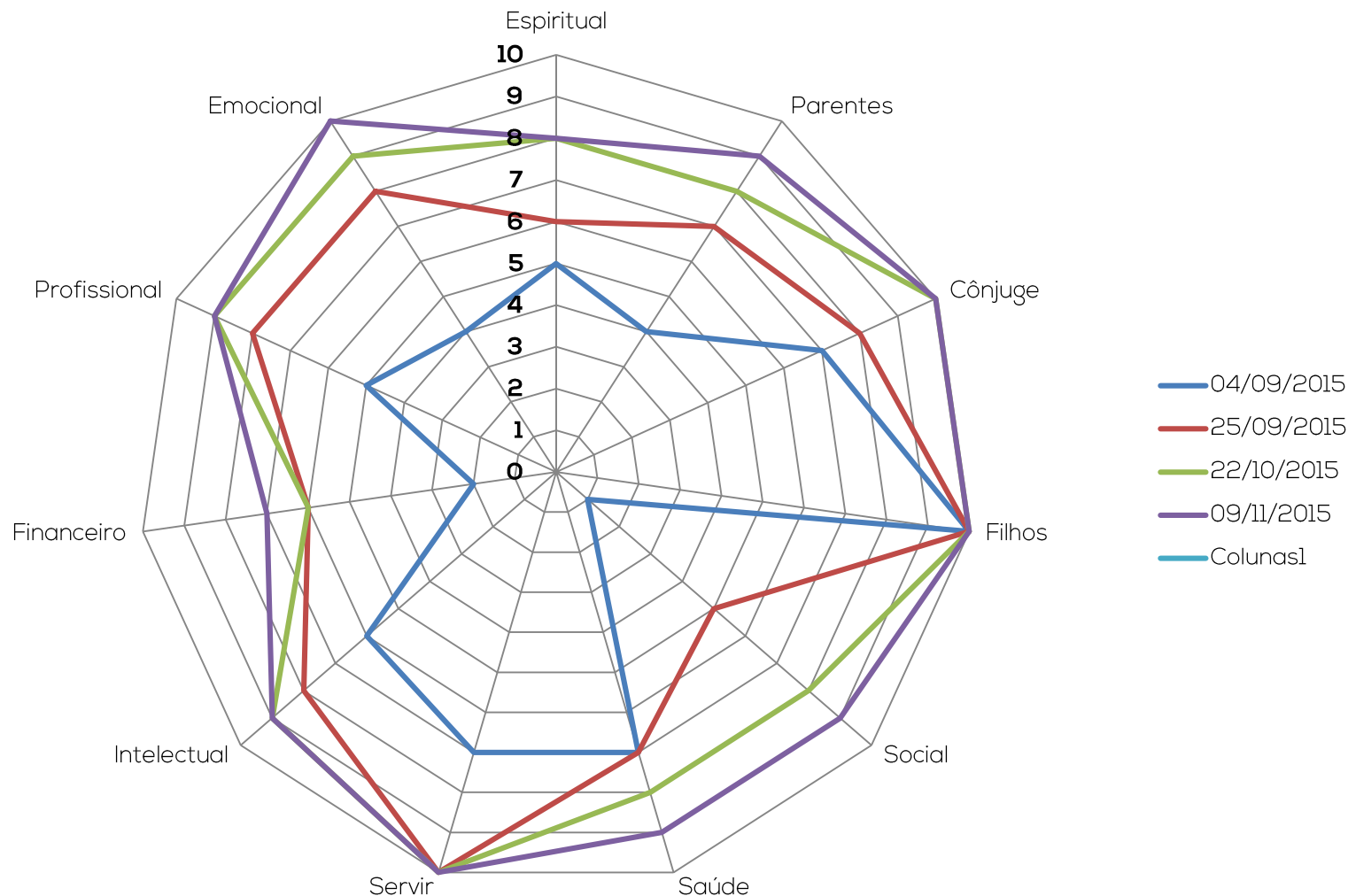
<https://youtu.be/tA9DToPdFRk>

SEU PENSAMENTO É UMA PONTE PARA O SEU RESULTADO!

**COMO CONSEGUIR ESTES  
RESULTADOS?**

**PARTICIPANDO DO PROCESSO DE  
PROMOÇÃO DE GANHOS**

## MAPA DE AUTO AVALIAÇÃO SISTÊMICA



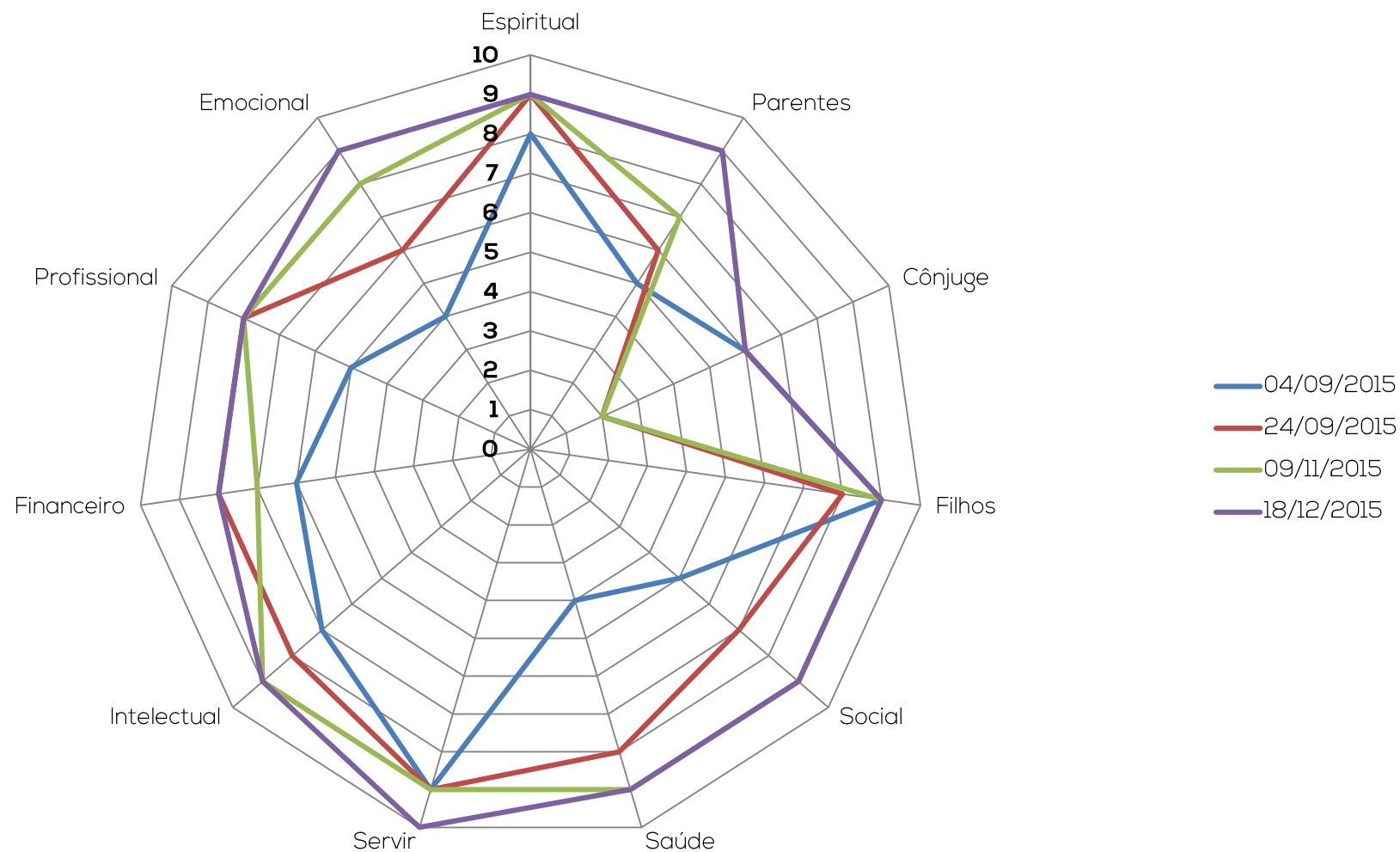
### PILAR ALAVANCA: **PARENTES**

(25 ANOS SEM RELACIONAMENTO COM O PAI) - Achava-se preterido pelo pai.

Entendeu e decidiu tentar reverter a situação e descobriu que era preferido pelo pai.

**GANHOS: Mudança radical no estado depressivo/ansioso e resultados imediatos (2 meses). Seu pai se tornou líder da sua campanha e suas intenções de voto aumentaram significativamente. Desenvolvimento intelectual acelerado.**

## MAPA DE AUTO AVALIAÇÃO SISTÊMICA

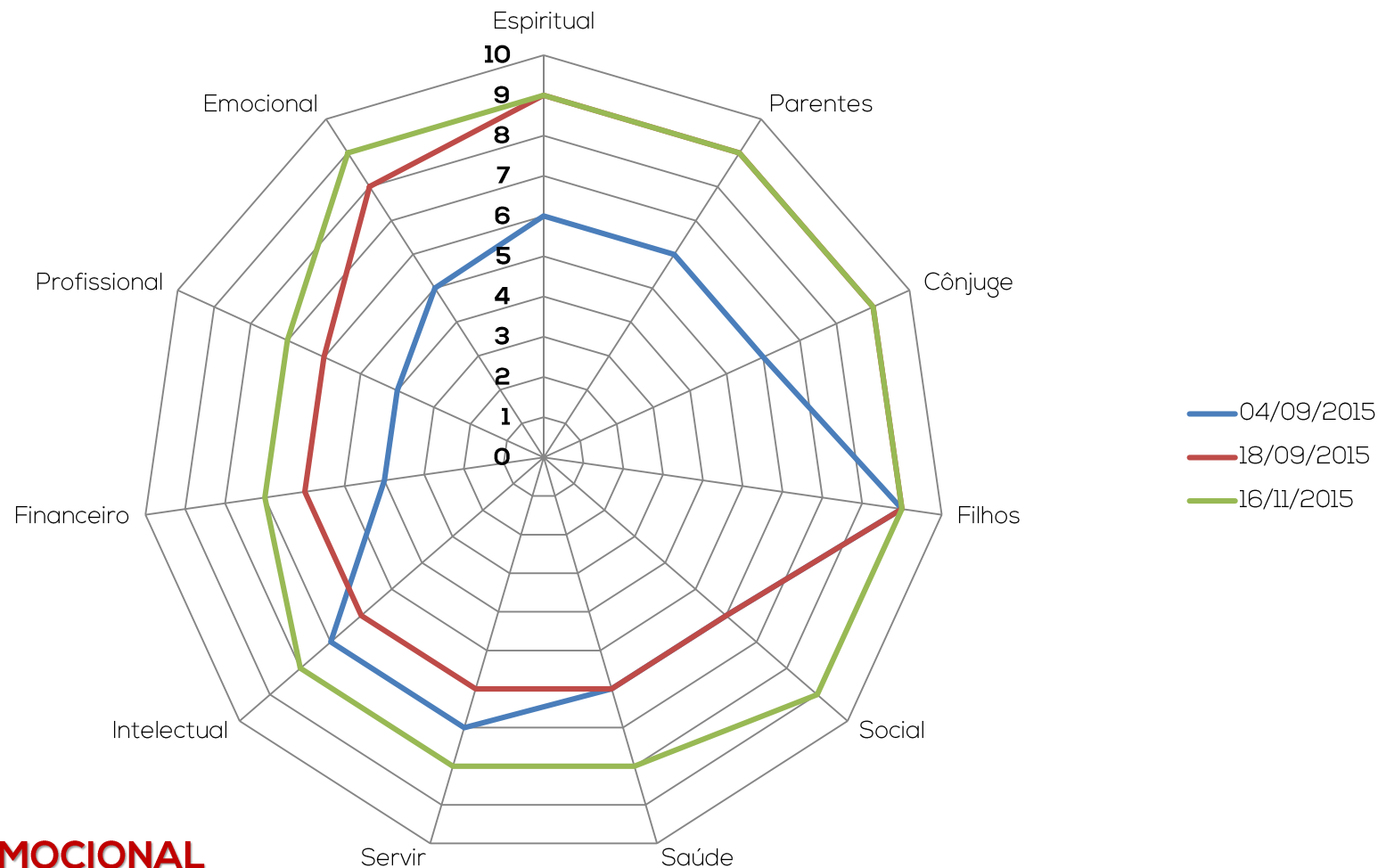


### **PILAR ALAVANCA: CONJUGAL E PARENTES**

Separada há 10 anos e grave crise com ex-marido, filhos e familiares. Resignificou valores sentimentais, alcançou novo nível emocional, agiu fortemente nas relações familiares. Tinha fortes bases espirituais.

**GANHOS: Em 3 meses reestabeleceu negócio travado em outra cidade, implantou nova marca da empresa com processo parado há 1 ano, retomou relacionamento com filhos e com a mãe, que estava estremecido há mais de 10 anos.**

## MAPA DE AUTO AVALIAÇÃO SISTÊMICA



### **PILAR ALAVANCA: EMOCIONAL**

Tinha posição de destaque. Em 7 anos perdeu emprego, apartamento, carro e família.

Começou o processo iniciando negócio próprio.

Compreendeu que apesar das perdas sofridas possuía grande valor pessoal e profissional.

**GANHOS:** Retomou atividades espirituais e resolver mudar de sócio. O negócio alavancou e parou de tomar remédios psiquiátricos para Depressão e Síndrome do Pânico.. Abriu filial em SP. Participou de apenas 50% do processo. Resultado record.

# QUAL A IMPORTÂNCIA DE TUDO ISSO?

- RESTAURAÇÃO DA AUTO ESTIMA
- CONQUISTA DE SONHOS PARALISADOS
  - MANUTENÇÃO DE EMPREGO
  - CONQUISTA DE NOVO EMPREGO
    - HARMONIA FAMILIAR
    - RECONSTRUÇÃO DO LAR
- RESTABELECIMENTO DE LAÇOS FAMILIARES
  - AUTOCONFIANÇA
- ELIMINAÇÃO DA DEPRESSÃO / ANSIEDADE / MEDO

**QUAIS AS OPÇÕES  
DISPONÍVEIS?**

# OPÇÃO 1

## COACHING PESSOAL

### METODOLOGIA COM ABORDAGEM SISTÊMICA

#### TOTALMENTE PERSONALIZADO

Aplicação de 10 a 12 Ferramentas de Coaching elaboradas para criar planos de ação bem construídos.

Aplicação de ferramentas específicas para cada estágio do processo, baseadas em ciência, psicologia positiva, gestão estratégica e autoanálise.

O conhecimento adquirido e as ferramentas aplicadas serão utilizadas ao longo de toda a sua vida.

Processo com resultados rápidos.

# OPÇÃO 2

## COACHING PARA EQUIPES

**MODÚLO BÁSICO (8h) e AVANÇADO (16h)**

O PROCESSO DE PROMOÇÃO DE GANHOS foi desenhado mesclamos ferramentas de Coaching e Administração Estratégica, entre outras, para conferir ao seu time de profissionais uma abordagem pessoal que garantirá o melhor desempenho possível.

# OPÇÃO 3

## WORKSHOP

Duração 2 a 3 horas com aplicação de várias ferramentas de Coaching que gera ganhos imediatos para os participantes.

Formatado para cada apresentação de acordo com as necessidades do solicitante.

# COMO POSSO FAZER O PROCESSO DE GANHOS?

## COACHING PESSOAL

10 sessões de 1:30h.

## COACHING PARA EQUIPE

Módulo Básico – 8h. Módulo Básico – 16h.

## WORKSHOP

Formatada de acordo com o grupo de interesse.

# COMO POSSO FAZER O PROCESSO DE GANHOS?

LIGUE AGORA  
E  
MARQUE UMA ENTREVISTA!

The logo features the text '930 METROS' in white. '930' is enclosed in a red square, while 'METROS' is in a white sans-serif font. Below it, the word 'COACHING' is written in a smaller white font. The background is a grayscale photograph of a rocky mountain peak with several hikers.

**930 METROS**

COACHING

**SUA ATITUDE**

**DEFINE SUA ALTITUDE?**

**TEM PODER  
QUEM AGE !**

# OBRIGADO

WhatsApp: (21) 97016-0581

SERGIO OLIVEIRA



[coach@930metros.com](mailto:coach@930metros.com)