

Autoconhecimento gera autoconfiança



Não ter clareza de seus pontos fortes e das suas fraquezas são motivos para não ter autoconfiança. Por isto que o processo de se conhecer se faz necessário para seu desenvolvimento pessoal.

Autoconfiança lhe permite que você consiga se colocar no mundo de uma forma diferente das demais pessoas. Sua postura, jeito que fala e até voz podem mudar bastante com autoconfiança.

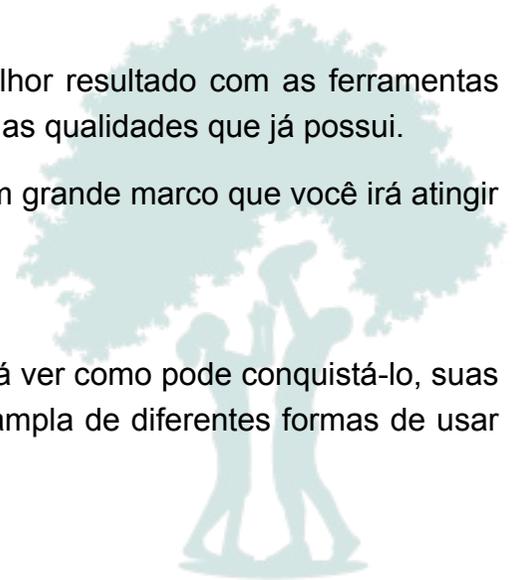
Para ter autoconfiança é preciso ter também autoconhecimento.

O autoconhecimento é uma porta importante para muitas coisas, permitindo que você aprenda tanto suas qualidades que podem ser melhor exploradas com as ferramentas oferecidas pelo Coaching para atingir melhor seus objetivos, como também trabalhar suas dificuldades tornando-as soluções.

O Coaching é de grande apoio para a sua vida naturalmente, mas se você quer buscar o melhor resultado com as ferramentas propostas pelo processo, é necessário que desenvolva autoconfiança e trabalhe de forma a usar as qualidades que já possui.

Podemos definir o seu objetivo como a linha de chegada Ele não será o fim, mas será sempre um grande marco que você irá atingir de acordo com seus esforços.

Com clareza e foco você terá não somente a percepção do seu objetivo, mas também conseguirá ver como pode conquistá-lo, suas possibilidades de trajeto na busca para atingir o sucesso e, conseqüentemente, ter uma visão ampla de diferentes formas de usar os ensinamentos do coaching para conseguir alcançar qualquer objetivo que tenha em mente.



Por: Raquel Ribeiro, Master Health Coach  
Responsável Técnico - Dr. Thiago F. de Souza - CRM 110219



INSTITUTO  
**ENDOVITTA**

Rua Vergueiro, 3558 - Sala 807 - Vila Mariana - SP

[www.institutoendovitta.com.br](http://www.institutoendovitta.com.br) - [contato@institutoendovitta.com.br](mailto:contato@institutoendovitta.com.br)