



**Instituto  
Atlântida**

Formação em terapias, psicoterapias e atendimento

**FALE CONOSCO: (11) 2897-0323**

[instituto@institutoatlantida.com.br](mailto:instituto@institutoatlantida.com.br)

## **Vivências do Despertar Interior**

### **Conteúdo Programático:**

- **Você é seu principal Cliente?  
Quem vem em primeiro lugar: Você ou os outros!**
- **Males do Século: Estresse, Ansiedade, Impaciência...  
Como driblar esses vilões?**
- **Procrastinar ou Não Procrastinar... Eis a questão!  
Sabia que todos tem um pouco de procrastinação? Como fazê-la trabalhar a seu favor.**
- **Pedir Perdão... porque às vezes é tão difícil?  
Ao pedir perdão você se sente diminuído? Venha desmistificar essa crença.**
- **Motive-se e mantenha a chama da vida acesa!  
Como está seu poder pessoal? O medo do desconhecido lhe aflige?  
O que mais lhe motiva?**