

Noscilene Santos

# COACHING

para

# Autogestão

Mais de **40** exercícios  
e modelos selecionados para  
apoiar o líder em seus desafios.

*Inclui capítulo sobre*

»»» *Constelações Sistêmicas Estruturais* «««

**DVS**  
EDITORA

# Resumo de Coaching para Autogestão: Mais de 40 exercícios e modelos selecionados para apoiar o líder em seus desafios

Em seu inspirador livro, *Coaching para autogestão*, a autora Noscilene Santos, oferece ao leitor ferramentas importantes e diferenciadas para potencializar as competências de liderança de maneira geral. É um convite a todas as pessoas que lideram em algum contexto, incluindo a autoliderança.

Como você toma as suas decisões? Qual é a sua estratégia de comunicação para lidar de maneira eficaz com a equipe, pares e família? Como se vê no futuro, pessoal e profissionalmente?

O leitor terá acesso a mais de 40 exercícios para estimular a aprendizagem contínua, aperfeiçoar a comunicação, desenvolver a inteligência emocional e encontrar meios para equilibrar a vida pessoal e profissional.

Seja um líder de equipe ou líder de si mesmo, a autora propõe um plano de desenvolvimento por meio da leitura e da prática dos exercícios, para gerar mudanças de comportamento e adaptabilidade às situações complexas impostas pela 4ª Revolução Industrial, definida como: O mundo VUCA.

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