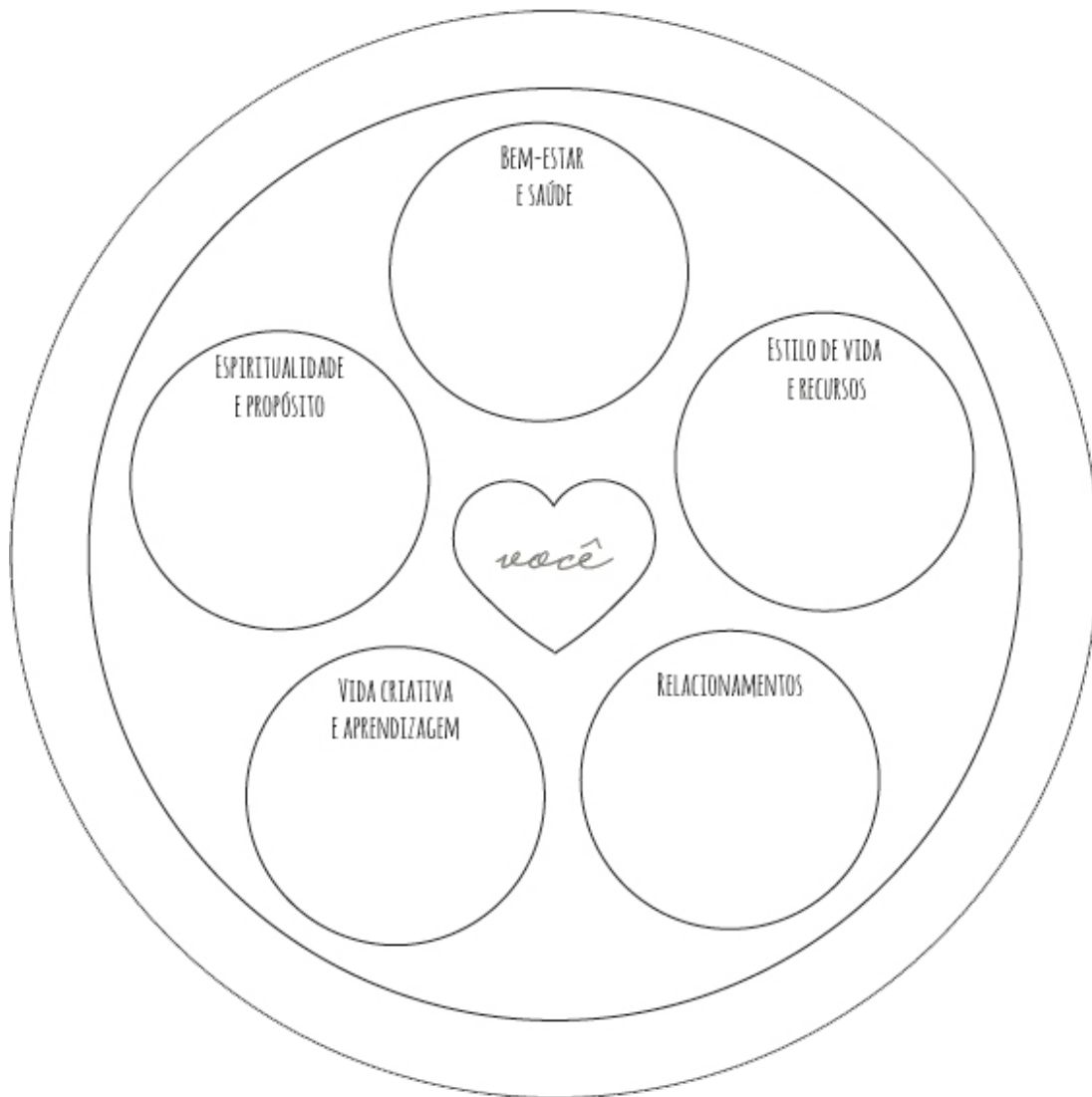


AS RODAS DA VIDA

Em processos de coaching, costuma ser comum o uso de uma ferramenta chamada Roda da Vida, representando os diversos campos e tal. Mas eu proponho um novo modelo, que acredito refletir de maneira mais realista a nossa experiência concreta, a ferramenta Rodas da Vida.



Imagine essas rodas
em movimento,
dançantes,
vivas.

Em nossa vida é como se cada um dos campos dela estivesse rodando, com seu próprio tom e ritmo. Épocas em que algumas dessas rodas giram mais e têm maior proeminência, enquanto outras estão mais quietinhas, seja por estarem sem energia ou mesmo porque estão abastecidas e ficam como plano de fundo em um determinado momento da nossa jornada.

E nós estamos ali no centro, circulando por essas rodas, mirando e interagindo com todas elas e com os personagens que se ligam a essas experiências. Às vezes nos conectamos mais fortemente com alguma das rodas, às vezes dançamos com mais delas, em alguns momentos especiais conectam mais dessas rodas entre si e

nos sentimos
em maior plenitude.

Usaremos essa ferramenta para a sessão aberta que acontecerá essa semana, como lhe disse por e-mail. Tenha em mãos esse material, folhas de papel e caneta. Faremos um belo mergulho!

Até breve!