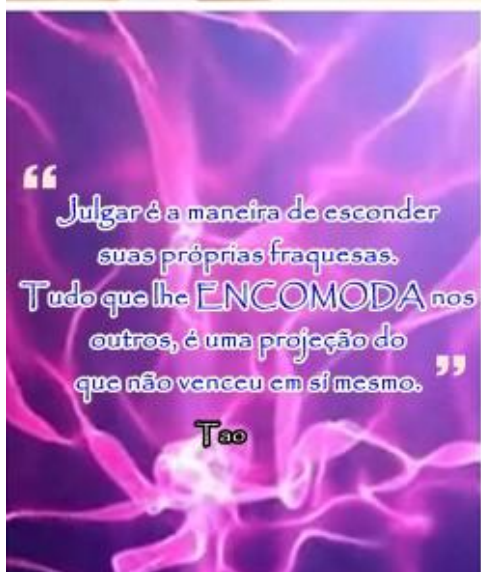




# 2019

## Portfólio

### Life Mentoring Coaching - ISOR



Professional Mentoring Coaching

LBS Desenvolvimento humano

01/01/2019





# Biografia

Lucimar Braga Silva, hoje é Profissional Mentoring Coaching Advice humanizado ISOR, Life Mentoring Coaching. Certificado pelo Instituto Holos — associado a ICF (International Coach Federation). Escritor da trilogia “Ignorando os Sinais” — Palestrante Profissional representado pela CONANVE Palestras & Treinamentos e, agora, faz parte do banco de Palestrantes.

Este profissional foi Policial Militar na cidade de Uberlândia, no estado de Minas Gerais. Atuou de novembro de 1995 até o último trimestre de 1999.

Num contraste da sua jornada, também esteve dentro do SISTEMA CARCERÁRIO de SP, de janeiro (28), do ano de 2.000 — até setembro (20), do ano de 2006.

Na condição de presidiário. Permanecendo durante seis anos e sete meses e vinte e dois dias presos no estado de São Paulo, passando por oito sistemas carcerários. Em Minas, esteve preso por oitenta e quatro dias em Uberlândia/MG.

Nesta sua experiência em condições limitadas — o mesmo se viu obrigado e buscar informações para entender como ele tinha criado aquela situação (realidade) que estava experienciando.

Após estudos e pesquisa (leituras), reflexões, práticas filosóficas, observações, meditações, estudos metafísicos, orientação externa e interna, erros e acertos estimulados pela sua teimosia mental — o mesmo foi expandindo e buscando vibrar a cima da energia predominante daquele ambiente que se encontrava. Na busca da sintonia ideal que lhe conduziria gradativamente para fora e distante daquela condição de presidiário (prisão física).

Após se libertar desta fase (labirinto da Ignorância), Braga — sobrenome como as pessoas mais o conhecem. Já em liberdade física, iniciava um novo processo da sua vida. Momento de recomeçar a reescrita da sua história.

Já em liberdade, neste novo estágio do JOGO DE XADREZ mental, retomou seus



estudos, pesquisas e fez algumas formações na área de desenvolvimento humano. Conheceu e trocou conhecimentos com pessoas que tiveram experiências parecidas — atitude que gerou um novo momento da sua vida. Embora no início, tenha relutado em se desligar de suas atividades profissionais anteriores. Buscou ouvir o que sentia e fez novas escolhas.

Foi assim que surgiu o primeiro livro digital, e se tornou um profissional Mentoring Coaching Advice humanizado, escritor e Palestrante Profissional. Mudança que foi emergindo naturalmente. Abandonou sua carreira como Produtor de Eventos e outras atividades, e se entregou a uma nova trajetória. Compreendeu que aquela postura mental e física não era o meio que o conduziria a verdadeira liberdade. Não tinha sentido estar livre fisicamente, e internamente continuar se sentido preso, limitado, incomodando e cheio de dúvidas. Era necessária AÇÃO.

Neste novo estagio, ficou claro para Lucimar Braga Silva — que só saiu vivo da experiência que teve, porque aceitou a ouvir o que sentia, deixou de ser vítima das situações e se tornou responsável consciente pelas projeções a sua volta. Deixou de fugir. O mesmo esta convicto, que não será pelo julgamento, luta, confronto, e discriminações — que a humanidade encontrará a verdadeira liberdade . Condição interna, que podemos entender que seja um estado de fluxo harmonioso. Estado de consciência ampliado, conexão interna com sua a melhor versão (self). Sentimento de plenitude, liberdade, leveza.

Este profissional acredita que todos os eventos que se projetam em nossa vida, são experiências importantes para nossa reconexão. Não importa quantas vezes tropece, caia (erre), o importante é CONTINUAR a sua jornada sem MEDO e sem REAÇÃO. Assumindo a sua RESPONSABILIDADE, dando seu 101% jamais se comportando como vítimas.

Foi necessário este processo, para que Lucimar Braga Silva pudesse compreender que — nunca estamos, ou estaremos sozinhos em nossa trajetória, e que tudo tem uma razão de ser. Uma nova "pista" "sinal" sempre surge para



nos conduzir ao caminho da autoconsciência (interior). Sempre teremos que fazer escolhas (Agir ou Reagir). Estar no modo automático ou consciente — fará a diferença para o resultado. O que virá depois será consequência e novas experiências.

Ele complementa; “Fugir e se esconder atrás dos diversos tipos DISTRAÇÕES e VÍCIOS também não lhe trará soluções. Todavia, temos o livre arbítrio”.

No tabuleiro de xadrez, o cavalo estando centrado tem oito opções de movimento. Em nossa vida, as possibilidades são infinitas. Coloque o seu cavalo para marchar.

Nesta jornada é proibido reclamar.

Namaste.



## Life Mentoring Coaching

---

Todas as experiências que somos submetidos ao longo de nossa vida, nunca foi uma forma de castigo ou punição; e muito menos um complô ou conspiração pessoal. É necessário compreender que nascemos vencedores, e temos dentro de nós todas as respostas para sermos felizes. O que geralmente complica este processo de autoconsciência, é a própria IGNORANCIA. Interpretações distorcidas de sua realidade, tendo como referência suas próprias verdades, verdades impostas sem vivência. Visão linear da vida acionadas pelas crenças, registros emocionais, paradigmas etc.

Compreender estas experiências é um tipo de nutrientes, que pavimenta e fortalece o caminho para uma comunicação mais clara com a nossa sabedoria interna. Estímulos que vão facilitando nosso acesso às informações necessárias, para sairmos do modo automático (sobrevivência), e aceitar o modo presença (ser).

Diante destas, podemos Agir (atitude motivada por sentimentos puros), ou Reagir (atitude motivada por sentimentos negativos, egoístas). Todavia, não existe um modo “não estou nem aí”, “não tenho nada a ver com isso” e muito menos um modo “coitadinho de mim” – tendo em vista que esta atitude é uma Reação. Ou seja, é necessário assumir a responsabilidade e fazer o que deve ser feito.

Nesta jornada, você pode escolher interpretar qualquer papel que o “tabuleiro” deste xadrez da vida possa lhe apresentar, de acordo com seus pensamentos, sentimentos, intenções. Frequência que emanamos a todo instante. Compreender este universo de possibilidades, é assumir a responsabilidade pela sua vida, é saber andar pelo “tabuleiro” e fazer o melhor movimento. Alinhando o melhor de nós com a sabedoria da vida que pulsa em tudo, e esta sempre em movimento. Perceber tudo isso, é algo incalculável e libertador.



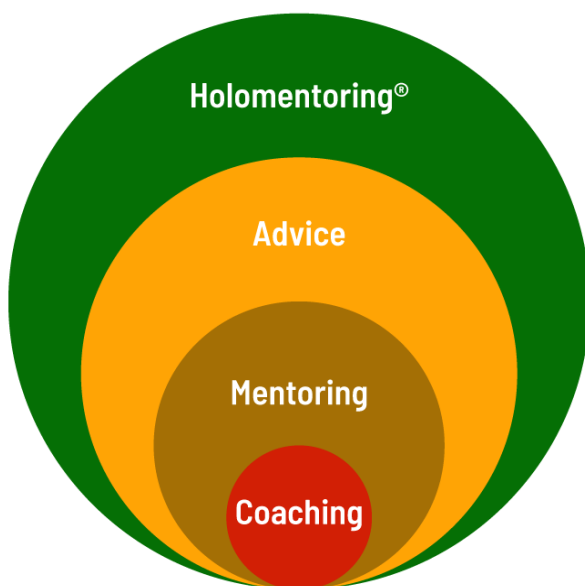
Aceite interpretar seu papel neste GRANDE palco, somos os atores e autores de nossa história. Saia da plateia.

A vida te chama para AÇÃO.

#Nesta jornada é proibido reclamar.

## Metodologia

---



### Aplicação das ferramentas ISOR®

com Mentalidade Holossistêmica em Mentoring, Coaching e Advice.

O **Adviser** orienta, aponta caminhos, abre perspectivas e auxilia em importantes decisões na área de negócios e mundo empresarial. **Utiliza Mentoring + Coaching.**

O **Mentor** promove qualidade em Liderança, Relações, Carreira, Mentalidade, Visão, Vida e Felicidade.

O **Coach** auxilia seus clientes em Metas, Resultados, Objetivos e Gestão.

## Sistema ISOR

---

Sistema ISOR, se utiliza, sobretudo, de referências gráficos (holográficos) autoexplicativos, formado um know próprio e uma Metodologia peculiar de aplicação e aprendizado, com base no autodesenvolvimento e na aplicação da Mentalidade e Visão.

ISOR, vem do prefixo grego ISOS, que significa "igual", "da mesma forma"; e o "R" final, que abrevia a palavra Relacionamento, nos remetendo a atividades e relacionamentos isomórficos, isto é, coerentes, condizentes. Ou seja, ISOR se propõe fundamentalmente a desenvolver nas pessoas uma



vivência relacional com base no isomorfismo, na coerência, na reciprocidade entre VISÃO E AÇÃO.



## Coaching

---

É um processo de aceleração de resultados e alcance de metas e objetivos de forma. Seja em sua vida pessoal ou profissional.

- Clareza
- Objetivo
- Planejamento

## Papel com Coaching?

---

Através de:

- Perguntas
- Técnicas



- o Métodos e Ferramentas de Autoconsciência.

O profissional conduzirá o Coachee (cliente) a uma consciência mais ampliada do cenário, da situação em que se encontra. E de acordo com o objetivo, ele vai apresentar ao Coachee formas de atingi-los.

Neste processo é natural se deparar com crenças limitantes, paradigmas que possam estar impedindo o avanço de consciência do

Coachee(cliente). Desafios que a maior parte das pessoas estão sendo submetidos e não tem consciência do que seja estes obstáculos. Que podemos chama-los de algumas prisões invisíveis.

*“Quando se fala em Prisões Mentais, a primeira coisa a refletir é sobre o que é uma prisão. Prisão é algo que prende, limita, circunscreve, fecha, restringe, encarcera.”*

*Marcos Wunderlich*

## Alguns exemplos de prisões mentais

---

1. **Crenças limitantes:** são crenças originadas na necessidade de se firmar em algumas verdades, que garantam sentir-se seguros diante das variegadas condições e opções que surgem ao longo da vida. Elas podem estar fundadas em princípios irrefutáveis de ordem religiosa, geralmente com uma carga emocional muito forte, altamente limitantes no sentido de exclusão explícita ou manifesta desconfiança de quem não comunga dos mesmos princípios. Mas podem também estar fundadas em princípios considerados científicos, montados em rigorosa couraça racional e objetiva, mas que partem de hipóteses consideradas verdadeiras em opções pré-objetivas. Estas são muito comuns em especialistas, inclusive na área médica e psicológica.



2. **Medo de Mudanças:** mudança significa romper com o estabelecido e rotinizado para se abrir para algo novo. É o medo do desconhecido, que tolhe as motivações para sair da zona de (aparente) conforto. Pensar em arriscar algo novo gera, na maioria das pessoas, desconforto e insegurança. Por isso é que costumo dizer que são poucas as pessoas com liderança, porque são poucas as pessoas que correm o risco de errar, pois toda mudança é probabilística, sai do mundo das certezas.
3. **O perfeccionismo:** está ligado ao medo de mudanças, pois revela uma mente rígida, que não admite erros. O perfeccionismo é escravizante, pois a pessoa perde a liberdade de criar, de arriscar coisas novas, ao mesmo tempo que tende a ter muita dificuldade nos relacionamentos, pois determinam que as coisas somente são perfeitas quando realizadas segundo seus rígidos padrões.
4. **O extremismo:** é expressão de uma mente dicotômica, em que só um lado é o certo, e quem não está de acordo é perigoso e deve-se ter cuidado com ele e, mesmo, deve ser combatido. É uma prisão mental altamente nociva à convivência pacífica, pois se alimenta do medo do diferente. Os dogmatismos religiosos, ideológicos, culturais e políticos não admitem o diferente, que é visto como perigoso e, por isso, deve ser combatido, achincalhado, desmoralizado.
5. **O especialista:** no mundo altamente tecnológico no qual vivemos, as especialidades são mais que necessárias. Os especialistas são aquelas pessoas que entendem a fundo de determinada área de conhecimento. Não há como prescindir dele no desenvolvimento e manutenção das máquinas e dos conhecimentos imprescindíveis. Mas tende a se tornar uma prisão mental quando o especialista perde a visão do todo, não leva em conta a rede de conexões na dinâmica sistêmica que interliga todas as partes e partículas a um todo pulsante, articulado e interligado.

Instituto HoloS : Marcos Wunderlich

O Coaching trabalhará para que o cliente conquiste maior autoconsciência e os resultados que deseja. Conforme seu engajamento no processo.

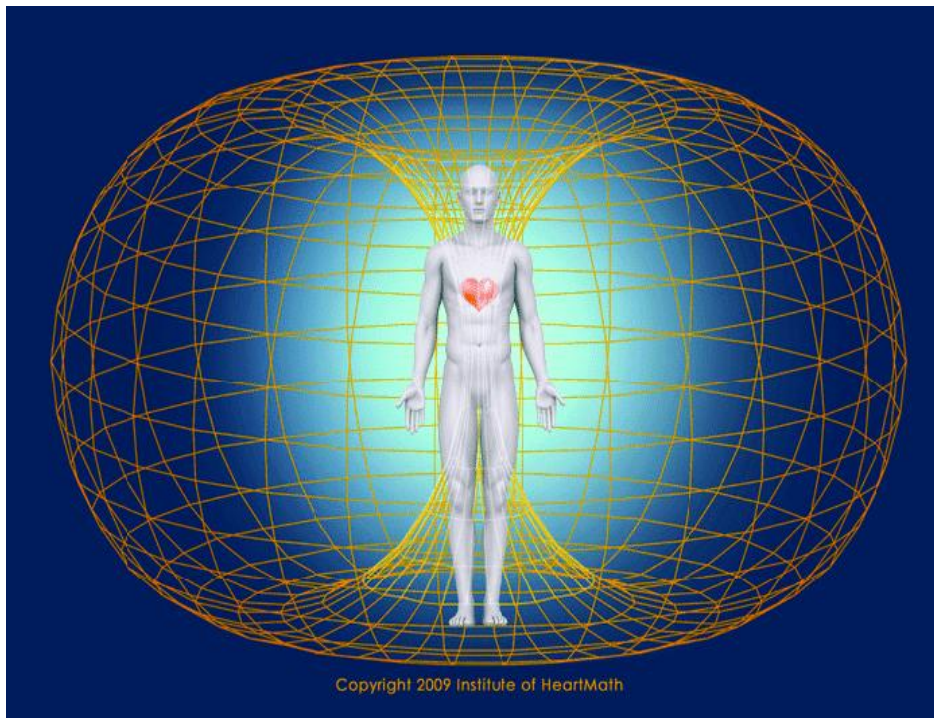
No caso de empresa, nosso trabalho é estabelecer uma comunicação clara entre colaborador e empresa. Gerando vínculos e uma relação de confiança de acordo com o propósito da mesma.

## O Mentoring coaching atua como um apoiador:

---

- Incentivador
- Motivador
- Desenvolvedor humano (mental)

Somos responsáveis pela nossa realidade



Criamos a todo instante cenários , situações que nos cerca, nos rodeiam, de forma muitas vezes inconsciente – através da qualidade de seus pensamentos , sentimentos e registros inconscientes. Entendendo como funciona ou não, continuamos co criando esta realidade muitas vezes indesejada.



## Reflexão:

- Como esta a sua vida?
- Esta fluindo como deseja, ou já desistiu de dar atenção ao que senti e almeja?
- Você esta onde deseja estar?
- Situações indesejadas estão se repetindo em sua vida e você não sabe como intervir?
- Sentimentos e sensações diferentes estão ocorrendo com você, e não tem ideia do que se trata?
- Se sente refém ou escrava de algum sentimento?
- Se sente não merecedor diante das oportunidades?
- Acha-se vítima diante das experiências que esta sendo submetido?
- Quanto tem gastado por semana, em vícios e hábitos nocivos a sua vida e saúde?
- Quanto tem gastado em remédios ?
- Quanto tem investido em sua qualidade de vida ?

Agende uma sessão sem compromisso, para entender nosso processo de trabalho. Assuma o comando e responsabilidade de sua vida e acesse suas respostas. Você pode atingir qualquer objetivo, desde que esteja disposto a dar seu melhor. Eu acredito em você.

*"Inteligência é ESCOLHER a Felicidade ao invés da Infelicidade."*

*Dr.Amit Gowami*



## Informações

- **Agendamento:**

E mail: [lifementoringcoachingbraga@uol.com.br](mailto:lifementoringcoachingbraga@uol.com.br)

- **Informações Palestras e Treinamentos**

<http://www.conanve.com.br/palestras-treinamentos-motivacao-superacao-lucimar-braga/>

<https://bancodepalestrantes.com/perfil/lucimar-braga-silva/>

- **Acesso ao livro digital**

<http://bit.ly/livrobraga>

## Autor do Livro

---

