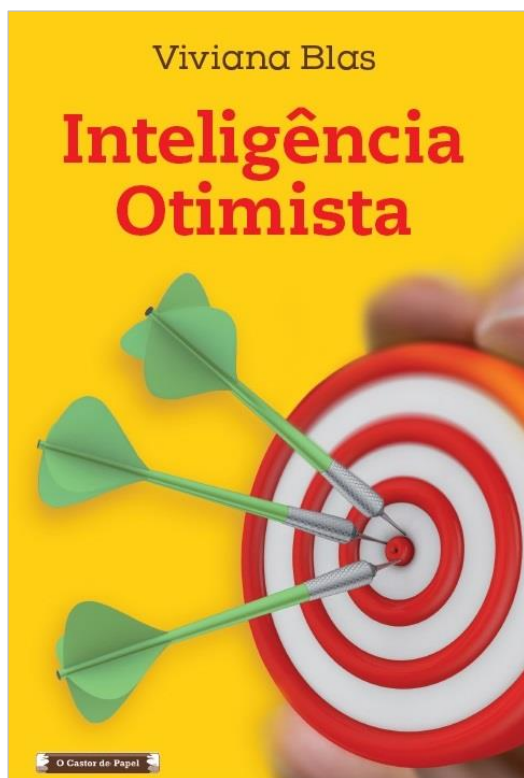


# Inteligência Otimista



## Sinopse 1

Ser positivo é uma maneira de ser inteligente.

O **otimismo** dá-nos **força** para avançar face aos inúmeros desafios que se nos apresentam.

Permite-nos utilizar a mente a nosso favor, estimulando-a com pensamentos **construtivos** e **motivadores**.

Este livro oferece ferramentas claras e práticas para gerar crenças positivas, adquirir uma **estratégia** otimista, exercer a **liderança** e, o que é mais difícil de tudo, a **autoliderança**.

Quando adotar a **atitude** correta, poderá definir a sua **visão** e a sua **missão** na vida, tomar consciência dos seus **valores**, concretizar as ideias e gerar **relações** saudáveis e enriquecedoras. E vai ficar cada vez mais otimista quando vir os resultados que obtém ao aplicar estes recursos, fáceis e acessíveis, que tem naturalmente dentro de si.

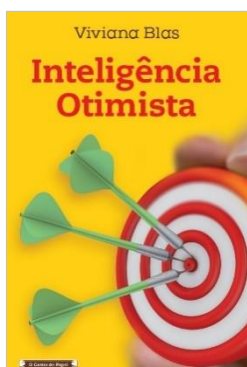
## Sinopse 2

A inteligência otimista consiste em utilizar as capacidades mentais, emocionais e comportamentais, orientando-as positivamente. Este livro irá motivá-lo e impulsioná-lo a criar a realidade que deseja, para que se sinta pleno e realizado, adquirindo um novo olhar otimista que lhe permitirá desfrutar cada vez mais da sua valiosa vida.

VIVIANA BLAS tem formação em Psicologia, Psicologia Positiva, *Coaching* Ontológico em Gestão e Liderança, Psicologia Forense e Terapia Cognitiva-Comportamental. Trabalha como terapeuta e a sua especialidade é melhorar a qualidade de vida, empregando para tal técnicas de Psicologia Positiva. Paralelamente, preparou e dirigiu *workshops* sobre autoestima, stresse, emoções e outros temas de crescimento pessoal. No âmbito da Psicologia Forense, trabalha como perita nos foros civil, comercial, laboral e contencioso administrativo e como assessora técnica em diversos estudos jurídicos.



**Um otimista vê uma oportunidade em cada calamidade.  
Um pessimista vê uma calamidade em cada oportunidade.**  
Winston Churchill



**TÍTULO: INTELIGÊNCIA OTIMISTA**  
**AUTOR: Viviana Blas**  
**ISBN: 978-989-96565-5-0**  
**APRESENTAÇÃO: Brochura**  
**PREÇO s/ IVA: 13,00 €**

**PÁGINAS: 152**  
**FORMATO: 15 x 23 cm**  
**PESO: 230 g**  
**1.ª EDIÇÃO: maio 2015**  
**PREÇO c/ IVA: 13,78 €**

