# VOCÊ TEM CARISMA?

## *DESCUBRA SOBRE VOCÊ*

ROSEANE OLIVEIRA



**A**
**RAZÃO DESTE LIVRO É QUE VOCÊ ACERTE O ALVO!**

# *Agradecimentos*

*Antes de tudo agradeço ao criador da vida, e do ar que respiramos, Deus. Por ele ter me dado oportunidades de passar por situações que me fortaleceu, me ensinou e mostrou que precisamos ajudar pessoas.*

*Agradeço aos meus pais, por serem dedicados e pacientes, minha mãe que é minha inspiração, mulher determinada, focada, inteligente, com o coração temente a Deus, uma grande mulher!!!*

*Aos meus familiares e amigos que acreditaram que eu seria capaz de escrever esse livro.*

*Gratidão*

*Roseane Oliveira*

# Autora

Meu nome é Roseane Oliveira, tenho 45 anos, iniciei minha vida profissional aos 15 anos de idade em uma fábrica de embalagem plástica, quando comecei a trabalhar já tinha objetivos e metas, e a intenção de ingressar na Faculdade e crescer profissionalmente na empresa.

E assim foi, não deixei nada tirar meu foco, mesmo sendo uma adolescente, logo comecei a trabalhar em uma empresa de saúde que fez parte do meu desenvolvimento profissional e acreditou no meu potencial, com dois anos de empresa tive minha primeira promoção, deixei o cargo de recepcionista indo atuar na área administrativa.

Passando alguns anos fui promovida novamente, minha supervisora me incentivou, acreditava no meu potencial, e nas minhas habilidades, pois estava desempenhando minha função com muita responsabilidade e comprometimento.

Mas confesso a vocês que o medo e a insegurança tomou conta de mim, porém não desisti fui com medo mesmo, participei de um processo interno com mais de 30 pessoas e a vaga foi minha!

Desde então venho trabalhando com pessoas, e a cada dia acreditando que fiz a escolha certa, me esforcei, todos os cursos que a empresa fornecia estava dentro, e aprendendo muito, tenho 10 anos de experiência em Desenvolvimento humano, direcionando equipes para resultados, aplicando treinamento, ensinando as pessoas descobrirem seus talentos e habilidades.

Agora estou atuando como Coach de carreira, meu propósito é fazer com que as pessoas façam mais por elas mesmas, e os resultados estão sendo fantásticos, as vezes me emociono a cada depoimento e evolução dos meus clientes, por isso resolvi escrever esse livro.

Entendo a dificuldade para algumas pessoas que querem crescer pessoalmente e profissionalmente, deixo claro que é possível, nada é fácil, exige esforço, determinação, coragem e vontade de vencer.

Mas sim é possível!!

# Um pouco de mim….



Roseane Oliveira

- Paulistana
- Líder Coach
- Gestora e Desenvolvedora de líderes há 10 anos
- Formada em Publicidade e Propaganda na Universidade Anhembi Morumbi.

# Redes Sociais



**@roselidercoach**



**roseane.oliveira.1460**



**Roseane Oliveira**

# A razão deste livro

Este livro tem como objetivo ajudar pessoas que tem interesse em ser carismáticas, pois entendem que mudar de postura pode fazer a diferença e ajuda-la voar mais alto.

Muitas pessoas deixam de se destacar em sua carreira profissional, na vida pessoal e sentimental por conta de ser mais fechada, não ter tanta facilidade para se relacionar.

Quando a pessoa é carismática ela sabe aproveitar as oportunidades e marcar sua presença, com isso tornar-se mais confiante, alegre positiva, bem-humorada e também mais assertiva, pois seu emocional em relação a ter menos dúvidas.

Todas as pessoas podem desenvolver o seu lado carismático, pois é importante ressaltar que o carisma não é uma qualidade ou um dom que nasce somente com uma pessoa, ela pode ser desenvolvida ao longo da vida.

Então se você tem interesse em mudar, embarque na leitura desse livro, onde vou deixar dicas para te ajudar nessa jornada.

# Sumário

O que é carisma? _____11
Qual as características das pessoas carismáticas _____ 12
Os benefícios de ser carismático _____ 13
Como buscar o carisma_____ 14
Diferença das pessoas carismáticas _____ 17
Ingredientes de uma pessoa carismática _____ 18
Aproximação e conversação _____ 19
Características positivas Exercícios_____ 21
Exercícios_____ 23
Exercício Mental – Coloque no papel _____ 24
Realize exercícios físicos _____ 25
Programe sua mente…._____ 26
Não se compare com outras pessoas…. _____ 27
Fique em silêncio... _____ 28
Exercício _____ 29
Sou carismático (a) _____ 30
Você se conhece? _____ 31
Vamos montar um plano de ação?_____ 32
Monte seu plano de ação... _____ 33
O que te paralisa? _____ 34

Não tenho dinheiro para investir no meu crescimento _____35
Consigo lidar com minhas emoções_____ 36
Eu nasci assim vou morrer assim_____ 38
Não tenho confiança_____40
Sou timido_____42

Tem solução para vencer a timidez? _____ 44

Seu corpo fala por você, cuidado! _____ 46

Crenças Limitantes – Fique atento!!_____ 47

Seja flexível – Esteja aberto para as mudanças _____ 48

Não tenha medo de suas fraquezas – Somos humanos___ 49

Você terminou o livro!!_____ 50