

Programa FloreSER

Consultoria individual

**Um convite para olhar para dentro e
despertar a sua melhor versão.**

Vem comigo?



Süoká

CONSULTORIA EM
TRANSFORMAÇÃO HUMANA

Vivemos rodeados de metas e expectativas e às vezes esquecemos de nós mesmos.



O piloto automático parece eficiente, até que percebemos o quanto estamos distantes da nossa própria **essência.**



CONSULTORIA EM
TRANSFORMAÇÃO HUMANA

**O autoconhecimento é o primeiro
passo para viver com intenção.**



Quando paramos para nos
escutar, entendemos o que
realmente nos move — e o que
já não faz mais sentido.



CONSULTORIA EM
TRANSFORMAÇÃO HUMANA

O que é o Programa FloreSER?

Um espaço de escuta e desenvolvimento humano que une técnica, ciência e presença. Ele apoia você a olhar para seus padrões, fortalecer comportamentos e desenvolver habilidades emocionais que transformam sua forma de viver e trabalhar.

Pilares de atuação

Os pilares representam as partes essenciais que compõem e sustentam o equilíbrio do indivíduo. Trabalhar cada um deles é o caminho para o desenvolvimento pleno e harmonioso.

Corpo

Focado na presença física e na vitalidade. Envolve o cuidado com o corpo, o movimento, a respiração e a consciência corporal.

Mente

Relaciona-se ao pensamento e à cognição. Desenvolve a clareza mental, o foco, a inteligência emocional.

Espírito

Conecta o indivíduo ao propósito, aos valores e à essência. Promove sentido, coerência e alinhamento entre o “ser” e o “fazer”.

Energia

Atua na sustentação energética e a harmonização dos chakras, o aumento da vitalidade e a conexão com o fluxo natural da vida.



Süoká

CONSULTORIA EM
TRANSFORMAÇÃO HUMANA

Pessoas são contratadas pelas suas competências técnicas, mas crescem — na vida e na carreira — pela maturidade emocional. Desenvolver **inteligência emocional** é aprender a lidar consigo e com os outros com consciência e equilíbrio, por isso na metodologia Süoká, **trabalhamos com as três dimensões de relacionamento:**

Dimensão Eu

O olhar interno. É o espaço do autoconhecimento, da auto aceitação e do desenvolvimento da própria identidade.

Dimensão Nós

O olhar relacional. Trabalha a empatia, a comunicação consciente, a escuta e as relações interpessoais saudáveis.

Dimensão mundo

O olhar ampliado. Convida à conexão com o propósito coletivo, à consciência social e à contribuição para um mundo mais equilibrado e humano.

Meu papel é ser **facilitadora** da sua jornada e caminhar com você nesse processo — com presença, acolhimento e propósito. Cada sessão é um espaço de pausa e reflexão, onde o autoconhecimento se transforma em ação.

Mas, a transformação vai partir de você, e depende do seu comprometimento com o processo.



CONSULTORIA EM
TRANSFORMAÇÃO HUMANA

Para quem é o Programa?

é ideal para quem:

1. Deseja retomar o controle da própria vida, ser mais autêntico e descobrir o que realmente quer.
2. Busca apoio para se manter desperto, sair da “matrix” e interromper o ciclo vicioso do piloto automático.
3. Quer desenvolver maior consciência de si para aprimorar seus relacionamentos pessoais e profissionais.
4. Sente o chamado para se reinventar, mudar de carreira e transformar sua trajetória de vida.
5. Busca ressignificar crenças e comportamentos e despertar seu potencial oculto.



Suoká

CONSULTORIA EM

Se algo em você pede por
mudança, talvez seja hora de
escutar. Te convido a conversar.
Sem fórmulas, sem pressa —
apenas presença e intenção.

Agende uma conversa comigo.



CONSULTORIA EM
TRANSFORMAÇÃO HUMANA

Email: contato@suoka.com.br

Whatsapp: 11 99436-7291

Instagram: @suoka_consultoria

