

ANTES DO ATO

As máscaras, os sinais e a perda de si

Dr. Halt Persona | Duração aproximada: 60 minutos

Uma experiência de reflexão sobre as mudanças silenciosas que podem surgir dentro de uma relação.

A palestra convida o público a perceber sinais, reconhecer a perda de si e recuperar clareza emocional sem julgamentos, rótulos ou exposição pessoal.

PERGUNTA QUE CONDUZ A EXPERIÊNCIA

“O que eu comecei a abandonar em mim para manter essa relação em pé?”

CAMINHO DA PALESTRA

01 PERCEBER O QUE MUDOU

As pequenas adaptações que podem fazer a pessoa se afastar de quem ela é.

02 COMPREENDER AS MÁSCARAS

Uma leitura simples das camadas emocionais que podem tornar a relação mais densa.

03 ESCUTAR OS SINAIS

O corpo, o medo, a culpa e a sensação de estar vivendo em constante adaptação.

04 RETOMAR CLAREZA

O Código HALT como caminho de consciência, apoio e escolhas mais seguras.

COMO A PALESTRA É CONDUZIDA

- Formato online, visual e acolhedor.
- Narrativa com exemplos e perguntas para reflexão individual.
- Sem necessidade de exposição no chat ou compartilhamento de histórias pessoais.

O QUE O PÚBLICO LEVA

- Mais percepção sobre mudanças silenciosas na relação.
- Uma forma simples de reconhecer padrões sem transformar tudo em julgamento.
- Um convite para voltar a escutar a própria identidade e buscar apoio quando necessário.

MATERIAL DE CONTINUIDADE

Ao final, o Guia Antes do Ato poderá ser apresentado como apoio complementar e opcional, mediante alinhamento prévio com a empresa contratante.

Palestra reflexiva e educativa, conduzida com respeito, consciência e cuidado.

Dr. Halt Persona • Consultor Emocional • Mentor • Psicanalista

ANTES DO ATO, EXISTEM SINAIS.

Antes da perda de si, existem mudanças.