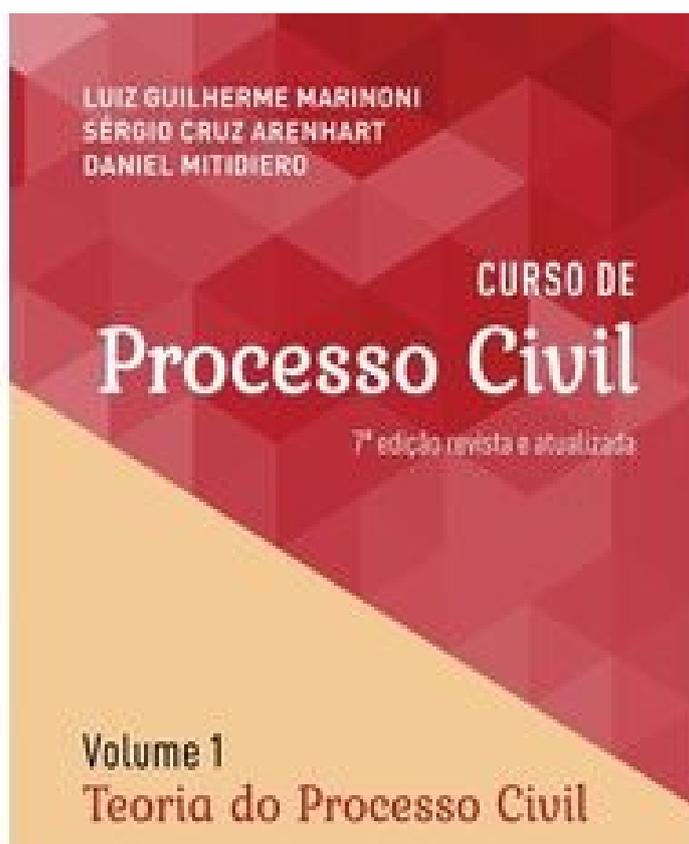


Curso De Processo Civil Volume 1 PDF

LUIZ GUILHERME MARINONI



Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Sobre o livro

Apresentação do Produto

Este primeiro volume do Curso de Processo Civil foca na Teoria Geral do Processo. Os autores têm a intenção de contribuir para o desenvolvimento de um panorama propício à adequada, eficaz e rápida proteção dos direitos no Brasil. Continuando o padrão das edições anteriores, nosso curso foi atualizado para estar em consonância com a legislação vigente, precedentes e a doutrina atual. O objetivo é apresentar à comunidade jurídica uma obra relevada que não só retrata a realidade do processo civil brasileiro, mas também sugere possíveis tendências e evoluções futuras. Acreditamos que este material será um recurso valioso para todos que buscam aprimorar a Justiça Civil em seu cotidiano.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Por que usar o aplicativo Bookey é melhor do que ler PDF?



Teste gratuito com Bookey



Ad



Experimente o aplicativo Bookey para ler mais de 1000 resumos dos melhores livros do mundo

Desbloqueie **1000+** títulos, **80+** tópicos

Novos títulos adicionados toda semana

Product & Brand

Liderança & Colaboração

Gerenciamento de Tempo

Relacionamento & Comunicação

Estratégia de Negócios

Criatividade

Memórias

Conheça a Si Mesmo

Psicologia Positiva

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mindfulness

Visões dos melhores livros do mundo

Gerenciamento de Tempo

Os 7 Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes



Mini Hábitos



Hábitos Atômicos



O Clube das 5 da Manhã



Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas



Como Não



Teste gratuito com Bookey





Por que o Bookey é um aplicativo indispensável para amantes de livros



Conteúdo de 30min

Quanto mais profunda e clara for a interpretação que fornecemos, melhor será sua compreensão de cada título.



Clipes de Ideias de 3min

Impulsione seu progresso.



Questionário

Verifique se você dominou o que acabou de aprender.



E mais

Várias fontes, Caminhos em andamento, Coleções...

Teste gratuito com Bookey





As melhores ideias do mundo desbloqueiam seu potencial

Essai gratuit avec Bookey



Digitalizar para baixar

Curso De Processo Civil Volume 1 Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Quem deve ler este livro **Curso De Processo Civil Volume 1**

O livro "CURSO DE PROCESSO CIVIL VOLUME 1" de Luiz Guilherme Marinoni é uma leitura essencial para estudantes de Direito, advogados iniciantes e experientes, magistrados, e todos aqueles que desejam aprofundar seus conhecimentos na área do Direito Processual Civil. Este volume fornece uma base teórica sólida e prática atualizada sobre os princípios e normas que regem o processo civil no Brasil, tornando-se um recurso valioso para quem busca compreensão abrangente e crítica das questões processuais. Além disso, professores e profissionais que atuam na área jurídica encontrarão no livro uma fonte rica de informações e discussões que podem enriquecer suas práticas e ensino.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Principais insights de Curso De Processo Civil

Volume 1 em formato de tabela

Capítulo	Tema	Resumo
1	Introdução ao Processo Civil	Apresenta os fundamentos do processo civil, sua importância e os principais princípios que o regem.
2	Partes no Processo	Descrição das partes envolvidas no processo civil, seus direitos e obrigações.
3	Sistema Processual	Explora o sistema processual brasileiro e suas características estruturais.
4	Atos Processuais	Aborda os atos processuais, suas classificações e requisitos necessários para validade.
5	Prazos Processuais	Analisa os prazos dentro do processo civil, sua contagem e consequências do descumprimento.
6	Competência	Discute as normas de competência, como são definidas e sua importância para a correta administração da justiça.
7	Procedimentos Especiais	Apresenta os procedimentos especiais do processo civil, incluindo suas peculiaridades e aplicações.
8	Tutela Provisória	Explora as tutelas provisórias, suas modalidades e aplicação no processo civil.



Capítulo	Tema	Resumo
9	Sentença e Coisa Julgada	Discorre sobre a sentença, seus tipos e o conceito de coisa julgada no contexto do processo civil.
10	Recursos	Último capítulo que examina os recursos cabíveis no processo civil, suas finalidades e procedimentos.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Curso De Processo Civil Volume 1 Lista de capítulos resumidos

1. Introdução ao Estudo do Processo Civil: Conceitos e Importância
2. Princípios Fundamentais que Regem o Processo Civil Brasileiro
3. Partes e Procuradores no Processo Civil: Papel e Responsabilidades
4. A Estrutura do Processo Civil: Fases e Andamentos Processuais
5. Os Meios de Garantia do Processo Civil: Tutelas Provisórias e Medidas Cautelares
6. O Papel do Juiz e do Poder Judiciário no Processo Civil
7. Conceito de Coisa Julgada e seus Efeitos no Processo Civil

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

1. Introdução ao Estudo do Processo Civil: Conceitos e Importância

O estudo do processo civil é fundamental para a compreensão do sistema jurídico brasileiro, refletindo a maneira como os conflitos são resolvidos de forma pacífica e justa, garantindo o acesso à justiça a todos os cidadãos. O processo civil se refere ao conjunto de normas e atos que regulam a administração da justiça em conflitos de natureza civil, ou seja, aqueles que envolvem direitos e obrigações entre pessoas físicas ou jurídicas, excluindo-se matérias de natureza penal.

A importância do processo civil reside, em primeiríssimo lugar, no fato de que ele é o instrumento que possibilita a tutela dos direitos, servindo como mecanismo de efetivação da justiça. Sem um processo civil adequado, que assegure a possibilidade de as partes apresentarem suas reivindicações, o ordenamento jurídico seria incapaz de promover a resolução de conflitos de maneira eficaz. Assim, o processo civil não é apenas um conjunto de regras; é, antes de tudo, uma garantia de que os direitos declarados no ordenamento poderão ser respeitados e exigidos.

Além disso, o processo civil desempenha um papel crucial na organização do Trabalho Judiciário, estabelecendo um rito que proporciona previsibilidade e segurança jurídica às partes envolvidas. Ele permite que o juiz, uma figura central no sistema, atue como um mediador imparcial,



conduzindo as partes pelo caminho da resolução do litígio com base nas provas e no devido processo legal. Por meio da estrutura do processo civil, é possível visualizar claramente as fases de instrução, devolutiva e resolução, que compõem o ciclo da atividade jurisdicional.

O estudo do processo civil também é essencial para formar não apenas profissionais do direito, mas cidadãos conscientes dos seus direitos e deveres. Isso porque, o conhecimento dos mecanismos que regem o processo civil permite que as partes saibam como buscar a proteção dos seus interesses, agindo de forma informada e responsável perante a Justiça.

A disciplina do processo civil influencia ainda a vida social e econômica do país, dado que a certeza de que conflitos podem ser resolvidos em um espaço adequado, sob as regras do Estado, é um fator essencial para a estabilidade das relações entre indivíduos e empresas. A previsão do que pode acontecer em situações de litígios, bem como o conhecimento das vias de resolução dos mesmos, são elementos que promovem um clima favorável para o desenvolvimento de negócios e da economia.

Dessa forma, a introdução ao estudo do processo civil não adiciona apenas conhecimento técnico, mas, também, oferece uma visão ética e cidadã, fundamental para o fortalecimento do Estado Democrático de Direito, no qual a justiça se torna uma realidade acessível a todos.



2. Princípios Fundamentais que Regem o Processo Civil Brasileiro

O processo civil brasileiro é estruturado sobre uma base sólida de princípios que orientam e garantem a sua efetividade, equidade e justiça. Esses princípios não apenas fundamentam a legislação processual, mas também influenciam a prática diária dos operadores do direito, como advogados e magistrados. Entre os principais princípios do processo civil brasileiro, destacam-se a legalidade, a ampla defesa, o contraditório, a celeridade, a segurança jurídica, a eficiência e a função social do processo.

O princípio da legalidade é fundamental para a existência de um Estado democrático de direito, onde o processo civil deve ser regido por normas previamente estabelecidas que garantam a previsibilidade das relações jurídicas. Já a ampla defesa e o contraditório asseguram que todas as partes envolvidas em um litígio tenham a possibilidade de apresentar suas razões, provas e argumentações, criando um ambiente de debate justo e equitativo. Esses dois princípios são intrinsecamente ligados, uma vez que a defesa completa de um litigante só é possível se o outro também tiver a oportunidade de se manifestar.

A celeridade é outro princípio crucial, especialmente em um contexto onde a morosidade da Justiça pode frustrar as expectativas das partes. A busca pela rapidez nos procedimentos é uma diretriz que visa reduzir o tempo de espera



por decisões judiciais, garantindo que o direito seja efetivo e que as partes não sejam submetidas a longos períodos de indefinição.

A segurança jurídica, por sua vez, promove a estabilidade das relações sociais e jurídicas, assegurando que os cidadãos possam confiar nas decisões judiciais e no próprio ordenamento jurídico. Isso permite que as partes tenham clareza acerca das consequências de seus atos e decisões, promovendo a paz social.

O desenvolvimento da eficiência na gestão do processo civil busca otimizar os recursos disponíveis e as ferramentas tecnológicas, visando uma tramitação mais eficiente e menos custosa. Nesse contexto, o princípio da função social do processo destaca que a atividade jurisdicional deve atender não apenas os interesses individuais, mas também os interesses da coletividade, promovendo a justiça social.

Em suma, os princípios fundamentais que regem o processo civil brasileiro são essenciais para garantir um sistema judiciário justo, eficiente e acessível, onde as partes têm seus direitos respeitados e podem buscar a tutela jurisdicional de forma equilibrada e em conformidade com a lei.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

3. Partes e Procuradores no Processo Civil: Papel e Responsabilidades

No âmbito do processo civil, a figura das partes e dos procuradores é fundamental para a dinâmica do procedimento e para a realização da justiça. As partes são os sujeitos que se engajam no litígio, ou seja, aqueles que postulam em juízo, seja na qualidade de autor ou réu. A escolha e o correto posicionamento das partes são essenciais, pois, além de definir quem detém a razão jurídica, influenciam diretamente nas estratégias processuais a serem adotadas.

O autor é a parte que inicia a demanda, buscando a proteção de um direito que considera ameaçado ou violado; já o réu é aquele contra quem a ação é proposta, tendo a oportunidade de defender sua posição e contestar os argumentos do autor. É crucial que ambas as partes tenham capacidade processual, ou seja, que sejam aptas legalmente para agir em juízo. Esta capacidade pode ser plena ou restrita, conforme a idade e a condição jurídica dos envolvidos, o que justifica a participação de representantes legais na defesa dos interesses dos incapazes.

Em relação aos procuradores, estes representam as partes em juízo e exercem um papel decisivo na condução do processo. Os procuradores devem ser advogados regularmente constituídos, sendo necessários poderes específicos outorgados pelas partes para atender aos diversos atos



processuais. A procuração deve ser clara e precisa, estabelecendo os poderes do procurador, especialmente no que tange ao poder de transigir, de firmar acordos e de renunciar a direitos.

A relação entre partes e procuradores implica também responsabilidades. As partes têm o dever de atuar de boa-fé e colaborar com o andamento do processo, apresentando toda documentação necessária e respeitando os prazos processuais. Por outro lado, os procuradores devem agir diligentemente, zelando pelos interesses do seu cliente e orientando-o quanto às melhores estratégias a serem adotadas.

Além disso, a atuação do procurador deve ser marcada pela ética e pelo respeito às normas que regem a profissão, pois qualquer conduta inadequada pode acarretar sanções tanto para o advogado quanto para a parte representada. Nesse sentido, a responsabilidade do procurador é dual: ele deve ser fiel à confiança depositada pela parte, ao mesmo tempo que deve respeitar as normas legais e o bom funcionamento do processo.

Por fim, a interação entre partes e procuradores é um dos pilares do processo civil, criando um ambiente em que os direitos e deveres de cada um devem ser cuidadosamente equilibrados. O êxito de uma demanda judicial não depende apenas da tese jurídica defendida, mas também da maneira como as partes e seus procuradores se posicionam e atuam no decorrer do processo,



demonstrando a importância desta relação na busca pela justiça e na efetivação dos direitos.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

4. A Estrutura do Processo Civil: Fases e Andamentos Processuais

O processo civil é um instrumento fundamental na busca pela tutela dos direitos e, por isso, sua estrutura é meticulosamente delineada, dividindo-se em fases que garantem a correta tramitação dos feitos e a observância dos princípios do contraditório e da ampla defesa. No âmbito do sistema processual civil brasileiro, as fases do processo são categorizadas em três etapas principais: a fase de conhecimento, a fase de cumprimento de sentença e a fase recursal.

A fase de conhecimento é o momento em que se estabelece a relação processual entre as partes, sendo iniciada com a petição inicial. Nesta fase, o autor apresenta sua demanda e o réu tem a oportunidade de apresentar sua defesa, seja por meio de contestação ou reconvenção. O juiz, então, realiza uma análise preliminar da petição inicial, podendo deferir ou indeferir a tutela provisória, caso haja pedido de urgência. Após a fase de instrução, onde são produzidas provas e ouvidas as partes, o juiz profere a sentença, que é a decisão que resolve o mérito da causa.

Após a sentença, entra-se na fase de cumprimento de sentença, que se destina a efetivar a decisão proferida. Nesta fase, o credor pode requerer ao juiz a satisfação de seu direito, mediante os meios executivos previstos em lei. O cumprimento de sentença pode ser voluntário, quando o devedor adere



ao cumprimento espontaneamente, ou forçado, em que se utilizam medidas de coerção contra o devedor, como penhora de bens.

Por fim, a fase recursal é um crucial componente da estrutura do processo civil. Após a sentença, as partes têm o direito de recorrer, buscando a reforma ou a declaração de nulidade da decisão. Os recursos são classificados em ordinários e extraordinários, e cada um deles segue ritos específicos determinados pela legislação. Os principais recursos incluem a apelação, que cabe contra sentença, e o recurso especial, que é dirigido ao Superior Tribunal de Justiça, entre outros.

A dinâmica do processo civil não se limita apenas à sequência dessas fases, mas também envolve uma série de andamentos processuais que garantem a fluência do processo. Cada ato processual, como despachos, intimações e audiências, tem um tempo e um formato próprio, essencial para assegurar a eficiência na tramitação das ações.

Em suma, a estrutura do processo civil brasileiro, com suas fases bem delineadas e andamentos processuais, não apenas organiza a sequência dos atos, mas também confere à estrutura judicial um equilíbrio que visa à justiça e à tutela efetiva dos direitos. O conhecimento detalhado dessas etapas e andamentos é fundamental para advogados, partes e magistrados, visando sempre a efetividade e a legalidade no processo civil.



5. Os Meios de Garantia do Processo Civil: Tutelas Provisórias e Medidas Cautelares

No contexto do processo civil brasileiro, as tutelas provisórias e as medidas cautelares desempenham um papel crucial na proteção dos direitos das partes envolvidas. Estas ferramentas estão inseridas nos mecanismos de garantia da plena efetividade da tutela jurisdicional, atuando como antídotos para situações em que há risco de dano irreparável ou de difícil reparação, devendo ser compreendidas em toda a sua amplitude e nuances.

As tutelas provisórias podem ser subdivididas em duas categorias: tutela antecipada e tutela cautelar. A tutela antecipada visa assegurar, de forma imediata, o resultado prático da ação, permitindo que o autor da demanda tenha acesso à proteção de seus direitos antes do trânsito em julgado da decisão final. Trata-se, portanto, de uma medida que, ao transferir para o autor os efeitos da tutela definitiva antes do julgamento do mérito, tem como principal objetivo evitar que a espera pela decisão judicial ponha em risco o bem da vida buscado.

Por outro lado, a tutela cautelar tem como objetivo conservar a eficácia da decisão futura, evitando que uma situação já consolidada torne-se irreversível ou que fatores externos venham a comprometer o resultado da futura manifestação judicial. Aqui, a cautela se faz necessária para que a relação jurídica não se altere de maneira desfavorável ao direito do autor,



resguardando assim o que se tem por certeza até que se alcance um julgamento definitivo.

Analisando mais profundamente, é importante considerar os requisitos para a concessão dessas tutelas. A urgência é um dos elementos cruciais; a parte requerente deve demonstrar, de forma clara e fundamentada, a necessidade imediata da medida solicitada. Ademais, a probabilidade do direito alegado deve estar suficientemente evidenciada nas provas apresentadas, o que implica uma análise preliminar, embora não exauriente, da situação debatida. Por fim, é necessário avaliar o perigo da demora, ou seja, como a espera pela decisão final poderá causar danos irreparáveis ou de difícil reparação.

Importante ressaltar que a prestação da tutela provisória não se dá de forma absoluta, uma vez que o juiz deve se atentar ao equilíbrio entre os direitos das partes e os interesses da justiça. O contraditório, embora diferido, deve ser garantido, permitindo que o requerido possa contestar a medida, assegurando uma maior segurança jurídica.

Quando falamos de medidas cautelares, estas são interpretadas como instrumentos autônomos que visam a proteção de um direito, podendo, em muitos casos, ser solenes em relação às tutelas provisórias. No entanto, as medidas cautelares, frequentemente utilizadas de maneira preventiva, se mostram eficazes especialmente em situações onde a mera expectativa da



decisão futura não garante a proteção dos direitos em jogo.

Em suma, os meios de garantia do processo civil, por meio das tutelas provisórias e das medidas cautelares, representam salvaguardas indispensáveis que asseguram a efetividade da justiça, permitindo que o acesso ao direito e à proteção jurisdicional não seja estagnado pelo tempo que antecipa um julgamento. A efetividade, então, se coloca não só na contundência das sentenças, mas na capacidade do sistema judiciário de agir rapidamente frente a demandas que, se não atendidas, poderiam provocar danos irreversíveis aos direitos envolvidos.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

6. O Papel do Juiz e do Poder Judiciário no Processo Civil

No contexto do Processo Civil brasileiro, o papel do juiz e do Poder Judiciário é crucial e multifacetado, refletindo a importância da função jurisdicional na solução de conflitos e na manutenção da ordem jurídica. O juiz, enquanto figura central do processo, deve atuar como um imparcial mediador entre as partes envolvidas, fomentando um ambiente onde a justiça possa ser alcançada através da aplicação da legislação vigente, dos princípios constitucionais e do respeito aos direitos fundamentais.

Um dos principais deveres do juiz é garantir o cumprimento dos princípios do devido processo legal, assegurando que cada parte tenha a oportunidade de se manifestar e apresentar suas provas e argumentos. A imparcialidade e a autonomia do juiz são prerrogativas essenciais que sustentam a confiança da sociedade no sistema judiciário. Assim, o juiz deve conduzir o processo de forma equitativa, evitando qualquer tipo de favorecimento a uma das partes e respeitando sempre as normas processuais estabelecidas.

Além disso, o juiz desempenha um papel ativo no andamento do processo. Embora as partes sejam as responsáveis por promover o andamento de suas demandas, cabe ao juiz supervisionar o processo, determinar prazos, ordenar a produção de provas e, quando necessário, intervir para garantir que a ordem seja mantida e que os direitos das partes sejam respeitados. Isso inclui



a deliberação sobre questões incidentais, como a admissão de tutelas provisórias e medidas cautelares, que podem ser essenciais para a proteção dos direitos de uma das partes enquanto o julgamento definitivo não é alcançado.

O Poder Judiciário, por sua vez, é a instituição que abriga os juízes e que organiza a estrutura administrativa e funcional dos órgãos judiciais. Ele é fundamental para a realização da justiça, sendo responsável por julgar recursos, processos e litígios, além de assegurar a efetividade das decisões judiciais. A estrutura do Poder Judiciário é composta por diversas esferas, incluindo juizados especiais, varas cíveis, tribunais e o Supremo Tribunal Federal, cada um com suas competências específicas. Essa estrutura permite um melhor gerenciamento do fluxo processual e uma especialização no tratamento de diferentes tipos de conflitos.

A eficiência do Poder Judiciário é um aspecto essencial que impacta diretamente a confiança da sociedade na justiça. Desafios como a morosidade processual e o volume excessivo de demandas têm levado a discussões sobre a necessidade de reformas que visem à modernização e otimização do sistema judiciário. A busca por alternativas, como a conciliação e a mediação, reflete a necessidade de um judiciário mais ágil e acessível, que possa promover não apenas a resolução de conflitos, mas também a cultura de paz e diálogo.



Assim, é indiscutível que o papel do juiz e do Poder Judiciário é fundamental no Processo Civil, influenciando não apenas a solução de disputas individuais, mas também a construção de um sistema jurídico mais justo e efetivo. A atuação do juiz deve ser pautada pela ética, pela imparcialidade e pelo compromisso com a justiça, enquanto o Poder Judiciário deve ser visto como a garantia da defesa dos direitos dos cidadãos e a proteção da ordem democrática.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

7. Conceito de Coisa Julgada e seus Efeitos no Processo Civil

No âmbito do processo civil brasileiro, a coisa julgada representa um dos princípios mais relevantes e, por consequência, um dos pilares da segurança jurídica. Trata-se do fenômeno que confere estabilidade e definitividade às decisões judiciais, assegurando que uma vez proferida uma sentença, esta não pode ser questionada ou reformada no mesmo processo, exceto em situações específicas que a legislação prevê.

A coisa julgada ocorre em duas dimensões: material e formal. A coisa julgada formal se refere ao aspecto de que a decisão se torna irrecorrível, deixando de ser passível de análise por instâncias superiores. Por outro lado, a coisa julgada material diz respeito ao conteúdo da decisão, que se torna um fato consumado, não podendo ser objeto de nova discussão judicial sobre a mesma questão entre as partes.

Esse conceito é fundamental para a proteção das relações jurídicas, proporcionando previsibilidade e evitando que um mesmo litígio seja repetido indefinidamente no judiciário. Além disso, a coisa julgada é uma forma de consolidar o direito das partes, conferindo à sentença proferida a força de um título executivo judicial, que pode ser exigido coercitivamente, se necessário.



Os efeitos da coisa julgada são amplos e se estendem não apenas às partes envolvidas no processo, mas também em algumas situações a terceiros. Um dos efeitos mais significativos é a preclusão, que ocorre quando uma parte é impedida de reverter uma decisão já definitiva. Isto promove a economia processual, uma vez que evita a interminável litigância e permite que as partes tenham certeza sobre os direitos e deveres reconhecidos por uma decisão judicial.

Entretanto, há exceções que permitem a relativização da coisa julgada, especialmente em casos de erro material, vício de forma e nos casos em que a decisão contraria normas de ordem pública. Além disso, o Novo Código de Processo Civil brasileiro, ao tratar do tema, trouxe instrumentos que permitem a revisão da coisa julgada em contextos específicos, como na ação rescisória, que visa desconstituir uma decisão transitada em julgado, respeitando assim, ao mesmo tempo, a necessidade de estabilidade e as circunstâncias em que a justiça deve prevalecer por sobre a estrita formalidade.

Em síntese, a coisa julgada é uma garantia de que as decisões judiciais terão sua força respeitada, refletindo a ideia de que uma vez decidido, deve-se respeitar e garantir a paz social e a segurança jurídica, fundamentais para o funcionamento do Estado Democrático de Direito.



5 citações chave de Curso De Processo Civil

Volume 1

1. "O processo civil tem por finalidade assegurar o acesso à justiça e a efetividade das decisões judiciais, sendo um instrumento indispensável à pacificação social."
2. "A atuação do juiz deve ser pautada pela imparcialidade e pela busca da verdade real, garantindo às partes o contraditório e a ampla defesa."
3. "O princípio da boa-fé objetiva deve ser observado durante todo o transcurso do processo, implicando deveres de lealdade e cooperação entre os litigantes."
4. "Os prazos processuais são essenciais para a celeridade da Justiça, devendo ser respeitados por todos os envolvidos, sob pena de comprometer a eficácia do processo."
5. "A tutela provisória é um instrumento que visa antecipar a proteção de direitos, sendo crucial em situações de urgência e relevância na proteção de interesses dos litigantes."





Digitalizar para baixar



Bookey APP

Mais de 1000 resumos de livros para fortalecer sua mente

Mais de 1M de citações para motivar sua alma

Clipes de ideias de 3 minutos

Acelere seu progresso

Evitar Críticas em Relacionamentos Interpessoais

Criticar os outros apenas provoca resistência e prejudica a autoestima deles, despertando ressentimento ao invés de resolver problemas. Lembre-se de que qualquer tolo pode criticar, mas é preciso caráter e autocontrole para ser compreensivo e perdoar.

Exemplo(s) ▶

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas

Mantenha a Sequência

Desafio de crescimento de 21 dias

Desafio de Crescimento Pessoal de 21 Dias

Meta diária: 0/5 min
Lêla ou ouça para atingir sua meta

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

DIA 21
Obter recompensa do desafio

0 vezes
Você completou

Descobrir Biblioteca Eu

Escolha sua área de foco

Quais são seus objetivos de leitura?

Escolha de 1 a 3 objetivos

- Ser uma pessoa eficaz
- Ser um pai melhor
- Ser feliz
- Melhorar habilidades sociais
- Abrir a mente com novos conheci...
- Ganhar mais dinheiro
- Ser saudável

Continuar