

## Módulo 1

### Introdução à Conscienciologia

*Pela experiência pessoal e pela observação consciente*

Este documento integra o Programa Vivencial da Academia Conscienciologia | Terceira e destina-se a apoiar a sua experiência de observação, reflexão e autopesquisa ao longo do módulo.

## Integração e Continuidade

### Verificação do Percurso

- Assisti ao vídeo inicial.
- Consultei os recursos de apoio.
- Realizei o exercício vivencial.
- Registei as observações no Caderno Vivencial.
- Elaborei a síntese de aprendizagem.
- Solicitei tutoria ou refleti sobre as minhas dúvidas.
- Identifiquei pelo menos uma aprendizagem significativa.
- Sinto-me preparado para prosseguir.

### Reflexão Final

O que levo deste módulo para a minha vida quotidiana?

---

---

---

Que aprendizagem considero mais significativa?

---

---

---

O que pretendo continuar a observar ou aprofundar?

---

---

---

## **Preparação para o Próximo Módulo**

Que expectativas tenho relativamente ao próximo passo deste percurso?

---

---

---