

MTB Online Academy

Desafio de 5 dias

Gestão de Tempo

Workbook

Desafio de 5

5º Dia - A ligação entre Gestão de Tempo & Auto-Estima

- A importância de ter um Plano de Ação Trimestral...
- A importância do Mindset positivo ...e de manter a disciplina...
- A importância de ter uma Visão de Excelência para si mesmo...
- A importância de ter respeito por si e pela sua atividade.
- Não me comparo com os outros, mas foco-me em ser melhor todos os dias..
- Auto-estima e Gestão de Tempo estão totalmente ligadas.

Classifique estas 3 frases:

1. Eu acredito em mim e na minha capacidade de melhoria:

De 1 a 10 quanto é que esta frase é verdadeira para si? _____

2. Sei que se me focar e gerir melhor o meu Tempo vou ter muito mais sucesso

De 1 a 10 quanto é que esta frase é verdadeira para si? _____

3. Ter sucesso e estar focado é importante para mim.

De 1 a 10 quanto é que esta frase é verdadeira para si? _____

Está disposto/a a dar o passo certo?

Faça o Curso e melhore a sua Auto-Estima ao mesmo tempo que passa a gerir muito melhor o seu Tempo.