



AULA 02: MUDANÇA DE MINDSET

Workbook de exercicios

1. Eu acredito em mim mesmo? Eu acredito que eu posso viver a vida dos meus sonhos? Eu acredito que meus sonhos são realmente possíveis? Por que?



AULA 02: MUDANÇA DE MINDSET

Workbook de exercicios

2. Eu assumo responsabilidade por tudo o que acontece na minha vida? Em que áreas da minha vida eu não assumo a responsabilidade pelos acontecimentos? Como eu posso mudar isso?

3. Como eu posso assumir mais responsabilidade pela minha vida?



AULA 02: MUDANÇA DE MINDSET

Workbook de exercícios

4. Eu acredito que eu posso sempre crescer e mudar? Em que momento/área da minha vida eu cresci e mudei pra melhor?

5. Faça uma lista de coisas que você já conquistou durante a sua jornada e que te deixam orgulhoso de si mesmo. Você se sente inspirado pela sua própria história?



AULA 02: MUDANÇA DE MINDSET

Workbook de exercicios

6. Eu geralmente sigo mais o meu coração ou a minha mente? Que mensagem minha intuição esta me dizendo nesse momento sobre a minha jornada?

7. Que promessas eu vou fazer a mim mesmo para garantir que eu vou me manter perseverante na criação da minha vida dos sonhos?