

ATIVIDADE 3

Sinalize com um círculo cada característica que você se identifica de cada uma das colunas. Some o total de itens assinalados em cada um dos lados, analise a diferença que pontuou entre “Herói” e “Vítima”, e então você saberá no que deve focar no próximo módulo.

HERÓI:

OPORTUNIDADE
FOCO NO QUE DEPENDE DELE
FOCA NA SOLUÇÃO
NÃO JULGAR
SERENIDADE
AMOR
OTIMISMO
CONFIANÇA
CORAGEM
ALTRUISMO
RESILIÊNCIA
PRONTIDÃO MENTAL
CONCENTRAÇÃO
SUCESSO

VÍTIMA:

PROBLEMA (LÍMBO)
FOCA NO QUE DEPENDE DOS OUTROS
FOCA NO PROBLEMA
PRATICA O JULGAR
AGITAÇÃO
ÓDIO
PESSIMISMO
DESCRENÇA
MEDO
EGOISMO
DESISTÊNCIA
PROCASTINAÇÃO
DISPERSÃO
FRACASSO



EXEMPLO:

HERÓI:

OPORTUNIDADE

FOCO NO QUE DEPENDE DELE

FOCA NA SOLUÇÃO

NÃO JULGAR

SERENIDADE

AMOR

OTIMISMO

CONFIANÇA

CORAGEM

ALTRUISMO

RESILIÊNCIA

PRONTIDÃO MENTAL

CONCENTRAÇÃO

SUCESSO

Herói = 7/14

Vítima = 7/14

VÍTIMA:

PROBLEMA (LÍMBO)

FOCA NO QUE DEPENDE DOS OUTROS

FOCA NO PROBLEMA

PRATICA O JULGAR

AGITAÇÃO

ÓDIO

PESSIMISMO

DESCRENÇA

MEDO

EGOISMO

DESISTÊNCIA

PROCASTINAÇÃO

DISPERSÃO

FRACASSO



Preencha a tabela a seguir :



	<i>Qual o Problema</i>	<i>Causa do Problema</i>	<i>Possíveis Soluções</i>	<i>Melhor solução</i>
Financeiro				
Carreira				
Saúde				
Relacionamento (Amizade e Família)				
Espiritualidade				

Liste o que te sabota

