



01/07

EXERCÍCIO 01

Você já parou para pensar o que a sua Loja Significa para você?

Usando a reflexão que fizemos na Live, tente descrever com detalhes o que você precisa fazer para mudar seu comportamento, e ter a vida e a Loja dos seus sonhos.

Você sabia que esse exercício já faz parte do 1º passo para o início da sua transformação?

A partir do momento que você para tudo o que está fazendo e reflete sobre a sua vida pessoal você já está se priorizando. Quando foi a última vez que você foi prioridade na sua existência? Que você se colocou em 1º lugar?

Essa tomada de decisão vai fazer com que você pense na vida que sempre sonhou e vai desenhar o que você quer daqui pra frente com objetivos e metas.

O exercício abaixo vai te ajudar na reflexão sobre você e sua loja, sobre o momento que está vivendo e sobre as mudanças que você precisa encarar daqui pra frente.

EXERCÍCIO DO DIA

PORQUE EU ABRI A
MINHA LOJA?

NESSE MOMENTO, EU ESTOU
FELIZ COM A MINHA LOJA?

EU TENHO LOJA PORQUE EU GOSTO
OU PORQUE EU PRECISO DELA?

O QUE A LOJA SIGNIFICA PARA MIM HOJE?

QUAIS MUDANÇAS A LOJA PRECISA SOFRER PARA QUE EU
ALCANCE O MEU OBJETIVO COM ELA?

EXERCÍCIO DO DIA

QUAL É A ÁREA DA MINHA VIDA
QUE EU QUERO MELHORAR?

QUAIS SÃO AS 3 GRANDES MELHORIAS QUE
EU DESEJO PARA MINHA VIDA HOJE?

COMO ESTÁ A MINHA RELAÇÃO COM
MINHA AUTO-ESTIMA?

COMO EU QUERO ME VER EM 2021 E
COMO EU QUERO SER VISTA?

EU ESTOU FELIZ COM A VIDA QUE EU ESTOU VIVENDO HOJE?
(RELACIONAMENTO AMOROSO, FAMÍLIA, PROFISSÃO, CASA, CORPO, FÉRIAS, ETC...)



01/07