

# **PLANO DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL**

# 1º PASSO

## Identifique sua realidade



Antes de começar a escrever o que você quer e onde quer chegar, identifique como está sua realidade hoje.





# O AUTOCONHECIMENTO



Tem um papel fundamental no seu desenvolvimento pessoal.

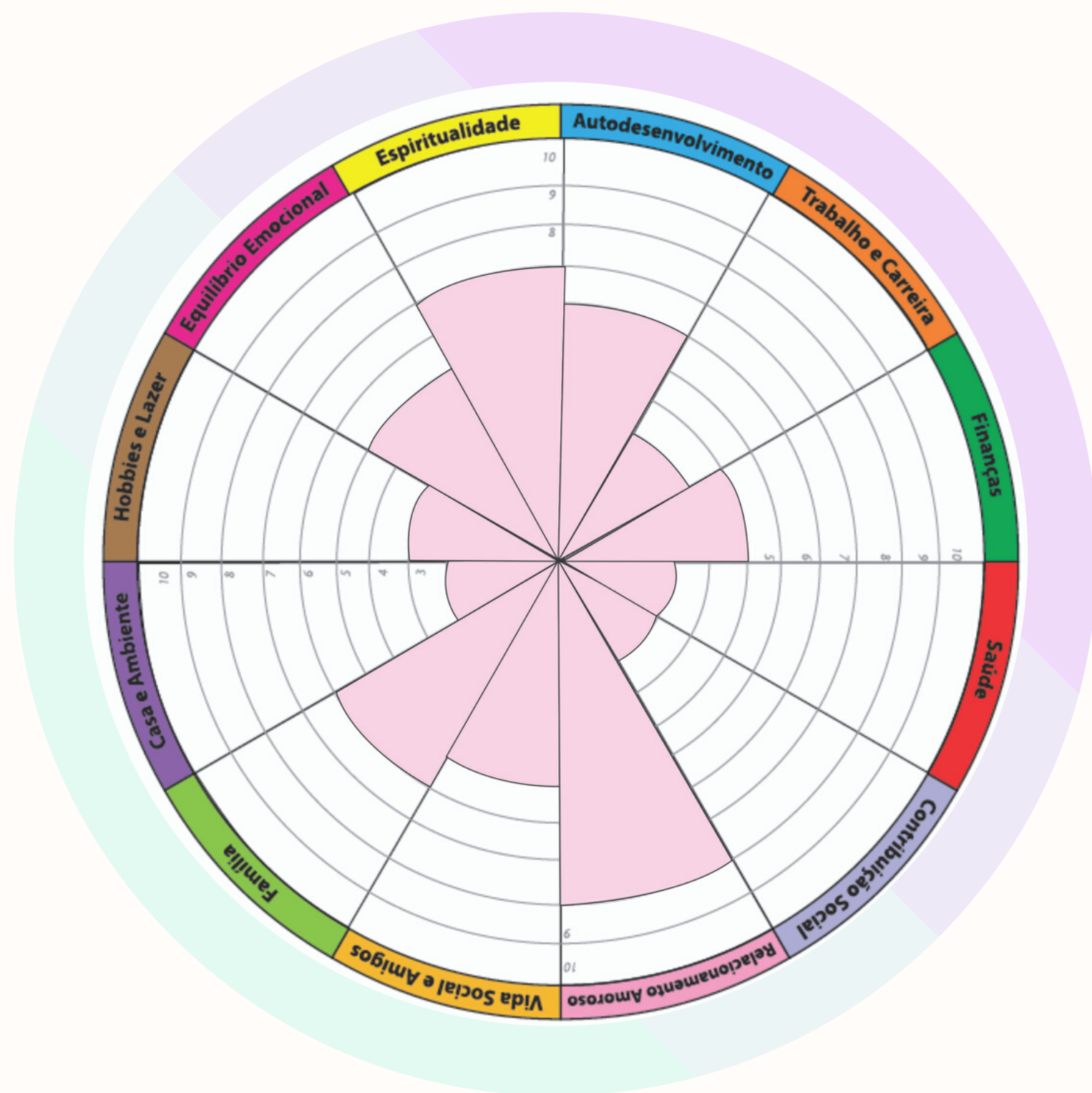
E para começar, vamos utilizar uma ferramenta para nos conscientizarmos da nossa REALIDADE.



# A RODA DA VIDA

Nela você vai pintar, indicando a pontuação que cada área vai receber. (como mostra a imagem)

Sendo assim, quanto maior for o número melhor, e quanto menor for o número, mais atenção essa área precisa.



O BOM DESSA FERRAMENTA É QUE ELA POSSIBILITA ENXERGAR A VIDA COMO UM TODO, FACILITANDO ASSIM, PERCEBER A ÁREA QUE PRECISA DE MAIS URGÊNCIA.





ANTES DE ESCOLHER UMA ÁREA, OBSERVE SE EXISTE ALGUMA QUE  
ESTÁ AFETANDO OUTRA(S).

EXISTEM UMAS QUE AFETAM MAIS E OUTRAS MENOS.

AGORA QUE VOCE JA SABE QUAL PRECISA DE MAIS ATENÇÃO,  
AJUSTES AS VELAS DO BARCO.



## 2º PASSO

### Defina objetivos / metas



Crie de 5 a 10 metas. Em seguida, destaque a prioridade pra você. Todos nós queremos fazer tantas coisas, e se não colocamos prioridade, acabamos perdendo o foco. Não deixe essa tarefa apenas na cabeça, pegue papel e caneta e anote todos os detalhes, não se esquecendo do prazo para realizar que é a data específica.



## 3º PASSO Seus pontos fortes



Faça uma lista dos seus pontos fortes, habilidades, suas qualidades, talentos, etc. Invista o seu tempo em melhorá-los ainda mais – potencializar. Não perca muito tempo com seus pontos fracos, afinal de contas todo ser humano é assim ... bom em uma coisa, e péssimo na outra, e está tudo bem!



## 4º PASSO

### Recursos essenciais



Decida quais os recursos que vai precisar usar para chegar onde deseja.

Esses recursos envolve material de estudo, como por exemplo: livros, vídeos, cursos, etc, ou pessoas: família, amigos, mentor, entre outros.

Livro: Recomendo "O Segredo"







# 5º PASSO

## COLOCAR O PLANO DE DESENVOLVIMENTO PESSOAL EM PRÁTICA

Anote em uma folha o resultado final que você deseja.

Nesse caso, será a meta que definiu no segundo passo.

Logo abaixo, defina quais etapas precisa realizar para alcançá-la.

O que será necessário fazer por ano, mês e / ou dia.



A photograph of two young children on a sandy beach. The child on the left is wearing a dark baseball cap and is looking down at the child on the right. The child on the right has blonde hair and is also looking down. They appear to be focused on something on the sand. The background shows the ocean and a few other people in the distance. The image has a soft, slightly blurred quality.

# 5º PASSO

## Medir o progresso

Conforme executa o plano de ação, é preciso saber se está dando certo ou não. Se está tendo resultado positivo. Se esse é o caminho. Se não for, é hora de traçar um novo plano em vez de desistir. Muitas pessoas desistem e por isso não alcançam nada.



**“Quem desiste nunca vence e só vence quem nunca desiste”.**

NAPOLEON HILL



