

Meu Ano Incrível

Ano: _____

1 - Como está a sua situação atual? Você se considera satisfeita?

2 - Se você não está satisfeita, o que precisa mudar para se sentir mais realizada?

3 - Agora é hora de definir algumas metas!
- Metas a Longo Prazo.



- Metas a Médio Prazo.



Meu Ano Incrível

- Metas a Curto Prazo.



4 - O que está funcionando ou não na sua vida? Pense nas desculpas que você dá, nos pensamentos que você tem...

5 - Qual habilidade mais importante que você precisa desenvolver esse ano?

Meu Ano Incrível

6 - O que você pode fazer para dedicar mais tempo para si mesma?

7 - Você sabe dizer não para os outros e para você mesma? Você precisa aprender a dizer não para o quê especificamente?

8 - Qual é a sua prioridade neste ano, que irá definir seu foco durante todo o ano?

Meu Ano Incrível

9 - Quais são as mudanças definitivas que você quer fazer a sua vida?

10 - Defina metas financeiras.

