COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

PARTE INTEGRANTE DO LIVRO

FELIZ E FORA DA CAIXINHA

Bianca Pagliarin

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

01. FAÇA A FERRAMENTA META SMART (CAPÍTULO 09)
02. FAÇA A FERRAMENTA PLANO DE AÇÃO (CAPÍTULO 09)
03. CONFIRA A EXPLICAÇÃO, SE PRECISO, COM EXEMPLOS PRÁTICOS ACESSANDO WWW.BIANCAPAGLIARIN.COM.BR/MINHAVIDASMART
04. PREFIRA IMPRIMIR TUDO DE UMA VEZ PARA NÃO SE SABOTAR DIZENDO QUE NÃO CONSEGUIU IMPRIMIR AQUELA SEMANA
05. FIZ UM ESPAÇO DE REGISTRO DE AUTOAVALIAÇÃO, PONTOS PRODUTIVOS E IMPRODUTIVOS, PORQUE CONHECER A VERDADE LIBERTA DO COMPORTAMENTO AUTODESTRUTIVO OU PROCRASTINADOR DESORGANIZADO.

PARTE INTEGRANTE DO LIVRO

FELIZ E FORA DA CAIXINHA

Meta Smart

FORA DA CAIXINHA

PALAVRA DE INSPIRAÇÃO:

SPECIFIC

Seja o mais detalhista possível.

MEASURABLE

Como você irá acompanhar o andamento?

ATTAINABLE

ATINGIR ESSAS METAS FICA MAIS FÁCIL SE TIVER APOIO DE PESSOAS QUE ENTENDEM O SEU OBJETIVO. PORTANTO...

QUEM IRÁ TE ACOMPANHAR, TE COBRAR, SER ESSA PESSOA QUE TE DÁ BRONCA SE PRECISO FOR? COLOQUE O NOME ABAIXO:	QUANDO VC VAI COMBINAR COM ELA?	PRENDA SEMANAL A COMBINAR OU FIXA?	PREMIO SEMANAL A COMBINAR OU FIXO?

RELEVANT (FAÇA A LISTA DE SEUS MOTIVOS)

TIME BASED

SUB METAS E DATAS

meta para checar data 1	meta para checar data 2	meta para checar data 3
quando?	quando?	quando?

ECOLÓGICA (VAI TRAZER QUE TIPO DE BENEFÍCIO E PARA O QUE OU PARA QUEM - ALÉM DE VOCÊ?)

REWARDING (ESTABELEÇA A SUA RECOMPENSA PESSOAL POR SEGUIR COM SEU OBJETIVO E QUE VOCÊ SE DARÁ DE PRESENTE)

Bianca PAGLIARIN

Este material para impressão de Bianca Pagliarin Treinamentos Empresariais foi criado apenas para uso pessoal.
A alteração e / ou redistribuição deste arquivo é proibida. Envie um e-mail para bianca@biancapagliarin.com.br caso haja dúvidas.

PLANO DE AÇÃO

SUB METAS DENTRO DA META

O QUE?	QUANDO?	ONDE?	COMO?	POR QUE?	QUANTO CUSTA?	ALGUÉM COM EXPERIÊNCIA NISSO AJUDARIA?	QUEM VAI TE "COBRAR E QUAL VAI SER A PRENDA SE NÃO CUMPRIR?

Depois de dimensionar a sua meta, você vai elaborar o plano de ação, isto é, as estratégias para atingi-la, um passo a passo de atitudes que o farão alcançar o que deseja. Aqui você preenche ˜sub-passos˜ dentro do passo que faz parte do todo. (se quiser mais detalhes, caso haja dúvidas, no livro Feliz e Fora da Caixinha há exemplos detalhados e no vídeo do QR Code que acompanha o capítulo 09 do livro

SEMANA 01
DEFINIR OS ALVOS

META:

comprometa-se com algum amigo que vai te "cobrar" dedicação. Quem é ele? (leia capítulo 09 e preencha sua ferramenta smart na próxima folha, bem como seu plano de ação - vídeo disponível em www.biancapagliarin.com.br/minhavidasmart)

_____

o que ele vai ganhar de "prenda" se você não se dedicar?"

_____

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa?

_____

de que modo não prejudicial você irá celebrar essa semana?

_____

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM 3 Pessoas de Sucesso que conquistaram algo parecido com este seu objetivo que você vai modelar 1. 2. 3.	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS DENTRO DO FOCO 1. 2. 3.	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES SOBRE ESSE TEMA 1. Tia Neusa 2. 3.	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO PARA FAZER SOBRE ESSE ASSUNTO PARA OS 3 MESES SEGUINTES 1. 2. 3.	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE SOBRE ESSE TEMA QUE VC IRÁ VISITAR DIARIAMENTE 1. 2. 3.	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST SOBRE ESSE TEMA QUE VC IRÁ VISITAR DIARIAMENTE 1. 2. 3.	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO DA GRATIDÃO OU CADERNO DA GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL SOBRE SITUAÇÕES DESAFIADORAS ESPECÍFICAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS DE VIDA ABUNDANTE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAÇÃO INSPIRADA NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 01

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 02 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 02

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 03 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 03

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 04 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 04

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 05 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 05

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 06 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 06

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 07 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 07

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 08 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 08

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 09 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 09

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 10 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 10

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 11 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 11

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

SEMANA 12 COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

ACOMPANHAMENTO

META:

_____+_____

Feedback do(a) amigo(a):

_____

_____

_____

o que ele(a) vai ganhar de "prenda se você não se dedicar nessa semana?"

_____

_____

Decida o que vai melhorar para essa semana:

RECOMPENSE A SI MESMO(A) POR SUA DEDICAÇÃO:

VISÃO:

você teve uma boa média e se dedicou aos seus objetivos... Qual a sua recompensa? Mas e se não foi uma boa semana vc vai fazer o que para melhorar?

_____

EXERCÍCIO:	SINALIZE O DESEMPENHO *Registre nessa coluna se fez (☑) ou se não fez (☒) o exercício:*	AVALIE O DESEMPENHO *De o a 10, que nota do seu empenho neste exercício? Foi feito com dedicação ou distração? Coloque o número abaixo:*
MODELAGEM	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 LIVROS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 SITES	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
1 CURSO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS NO YOUTUBE	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
3 CANAIS DE PODCAST	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POSTURA DE VENCEDOR	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
POTINHO OU CADERNO DE GRATIDÃO	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ENSAIO MENTAL	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
AFIRMAÇÕES POSITIVAS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:
ORAR COM BASE NA PALAVRA DE DEUS	☑ fiz ☒ não fiz	nota:

MÊS 01 MÊS 02 MÊS 03

marque a temperatura da sua chama, de 0 a 10, na média de cada mês.

SEMANA 12

COMUNICAÇÃO PROFÉTICA

Defina o que deu certo, o que não deu certo, o que precisa organizar ou se dedicar mais na próxima semana. Pergunte ao seu (sua) amigo (a) se ele notou algo especificamente que poderia te ajudar a melhorar seu foco.

ESCREVA SEU SENTIMENTO SOBRE COMO FOI ESSA SEMANA DE COMUNICAÇÃO PROFÉTICA EM SEU PRÓPRIO PONTO DE VISTA:

IMPRODUTIVO	PRODUTIVO

O QUE APRENDI DURANTE ESSAS DOZE SEMANAS