

≡ 10

## Determinação

Adriana entende que tudo que acontece em sua vida é determinado pelo foco que ela tem no momento presente. Infelizmente muitas vezes ela não tem a devida atenção e acaba vivendo no piloto automático e na maioria das vezes, não Adriana não para pensar sobre o qual é seu foco.

Pensando nisso, qual das ações a seguir Adriana pode fazer para melhorar o seu foco?

*Seleciona uma alternativa*

**A** Antes de ir dormir, faça um pequeno rascunho do que você quer realizar no mês.

**B** A cada semana ou mês tire um dia para você.

**C** Comprometa-se com os outros de fazer o seu melhor.

**D** Encontre uma maneira de tornar a sua vida melhor.