



Para saber mais

Quais as qualidades que quero trabalhar em mim hoje?

Imagine que você esteja procrastinando para entregar aquele projeto e seu tempo está expirando. Qual competência você deveria desenvolver em si para conseguir colocar em prática o que precisa?

– Disciplina?

– Determinação?

– Pró-atividade?

Agora que você já determinou o que tem que trabalhar em você, use esta competência como um músculo que tem que ser desenvolvido na academia e mãos à obra.