TRAÇAR OBJETIVOS

**Uma imagem com sentado, preto, grande, relógio

Descrição gerada automaticamente**

1. De um a dez, qual o teu grau de satisfação em cada uma destas áreas na tua vida? Agora preenche com o valor que escolheste. Olhando para a roda da vida, melhorando em qual das seguintes áreas é que achas que conseguirás impulsionar outras, criando maior impacto positivo na tua vida? Escolhe uma das fatias.
2. Caso o teu grau de satisfação nessa fatia não seja dez (que não deve ser, pois se fosse não irias querer melhorar), que é preciso para que chegue aí? Que é preciso acontecer? Que gostarias de fazer ou ter? escreve tudo aquilo que queres alcanças nesta área. Não penses agora no como, escreve apenas aquilo que realmente queres atingir. Mesmo que julgues que é algo impossível de alcançar, mas que queres muito, escreve na mesma, já vamos ver como conseguimos lá chegar, mas agora só quero que registes tudo aquilo que queres ter e alcançar nessa fatia da vida, de forma que a tua satisfação possa ser dez. Escreve várias coisas, tudo o que te vier à cabeça.
3. Agora, em frente de cada objetivo que escolheste, escreve o número um, três, cinco ou mais de dez. Estes números representam o número de anos em que queres atingir o objetivo. Aqui, tens de ser ambicioso, mas realista. Não existem objetivos impossíveis, existem, sim, prazos impossíveis. Se quiseres 10.000 euros daqui a um mês, ganhares 500 euros por mês e não tiveres mais fontes de rendimento nem dinheiro no banco, será muito difícil. Agora, se esse objetivo for para daqui a dez anos, por exemplo, já se poderia construir um plano para tentar lá chegar.
4. Escolhe agora um dos objetivos a um ano. Se não tiveres nenhum, fatia um objetivo que tenha um prazo maior para algo que se enquadre dentro de um ano (Exemplo: Daqui a cinco anos, quero um pequeno veículo. Então, daqui a um ano, por exemplo, quero ter a carta de marinheiro).

O meu objetivo:

1. Agora, fatia de novo o objetivo para saberes onde tens de estar em diferentes partes do tempo.

Daqui a seis meses:

Daqui a um mês:

Daqui a uma semana:

1. Escreve os passos que vais dar já amanhã ou, no máximo, depois de amanhã para começares a caminhar rumo ao teu objetivo.