

Aprender a aprender:

Técnicas para seu
autodesenvolvimento

Instrutora: Suzana Braga Lisboa



Sumário

Aula 1: Aprendizagem como estilo de vida

● Apresentação	3
● Lifelong learning	8
● Razões para aprender	19
● Estilos de aprendizagem	29

Aula 2: Talento ou disciplina?

● Zona de aprendizagem	37
● Disciplina	45
● Elimine as barreiras	56
● Hábitos para serem criados	67

Aula 3: Desvendando o cérebro

● Mindset fixo e de crescimento	75
● Modos focado e difuso	82
● Formatos de aprendizagem	88
● Prática distribuída x Cramming	95
● Memória de longo prazo	103

Aula 5: Rotina de aprendizagem

● Rotina de aprendizagem	125
● Gestão de tempo e espaço	133
● Exercite corpo e mente	141
● Ferramentas	146
● Conclusão	155

Aula 4: O poder das metas

● Definindo a meta	106
● Método SMART para aprendizagem	111
● Níveis de mensuração	116
● Medindo a evolução	119

01

Aprendizagem como estilo de vida

Apresentação



Mundo
digital > Novas
relações > Construção
conhecimento > Novas formas de
aprender

Nosso modelo de educação
não nos ensinou a aprender,
questionar e desaprender



E se aprender fosse uma técnica?

E se fosse possível
aprender mais rápido e
obter melhores
resultados?



Criar experiências poderosas

Autoconhecimento e propósito

Estilos e tempos diferentes de aprender

Disciplina e planejamento

Neurociência

Hábitos bons e recorrentes

Técnicas efetivas de aprendizagem

Ferramentas que facilitam a vida

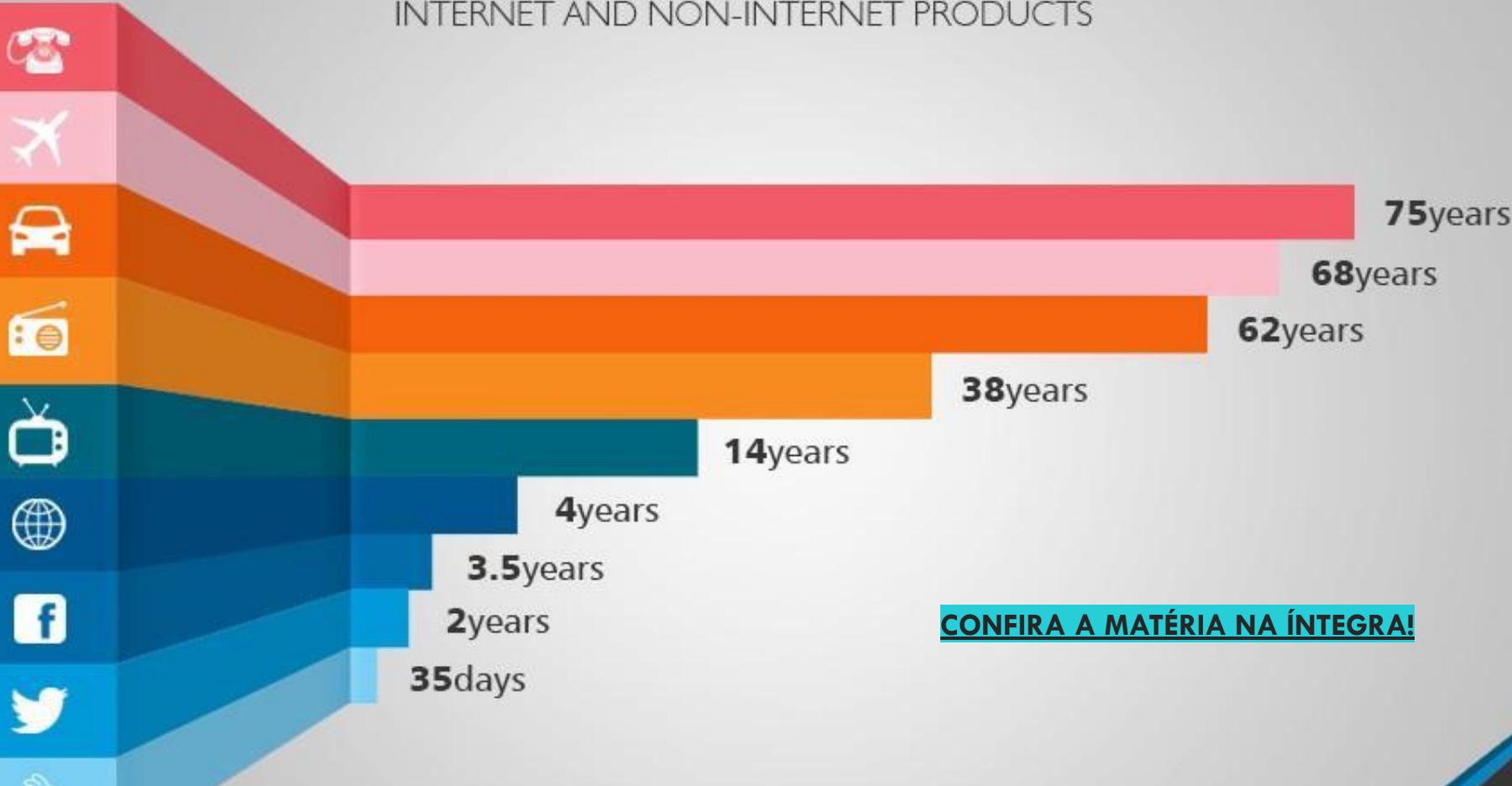


01

Aprendizagem como estilo de vida

Lifelong learning

REACHING 50 MILLION USERS: THE JOURNEY OF INTERNET AND NON-INTERNET PRODUCTS



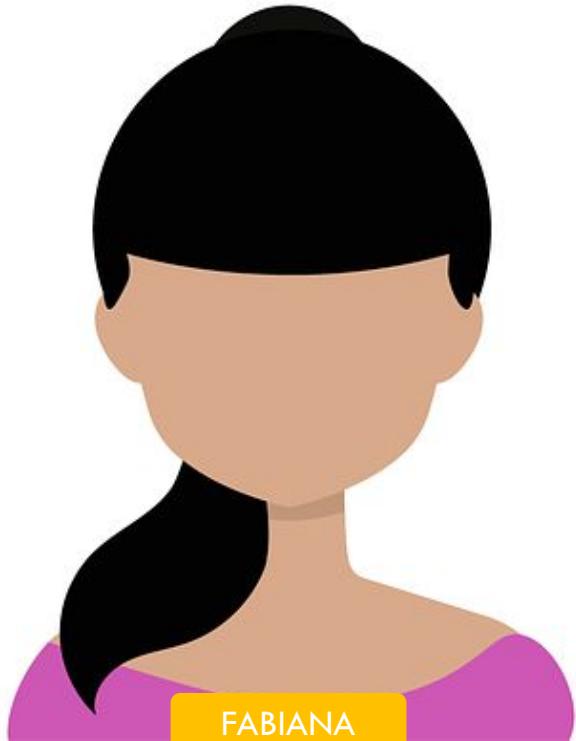
A black tablet with a white screen is shown from a top-down perspective. It displays a quote in Portuguese. The first two lines are in a dark grey sans-serif font, while the third line is highlighted in a blue rectangular box and written in white.

20% das nossas
habilidades ficam
defasadas em 1 ano

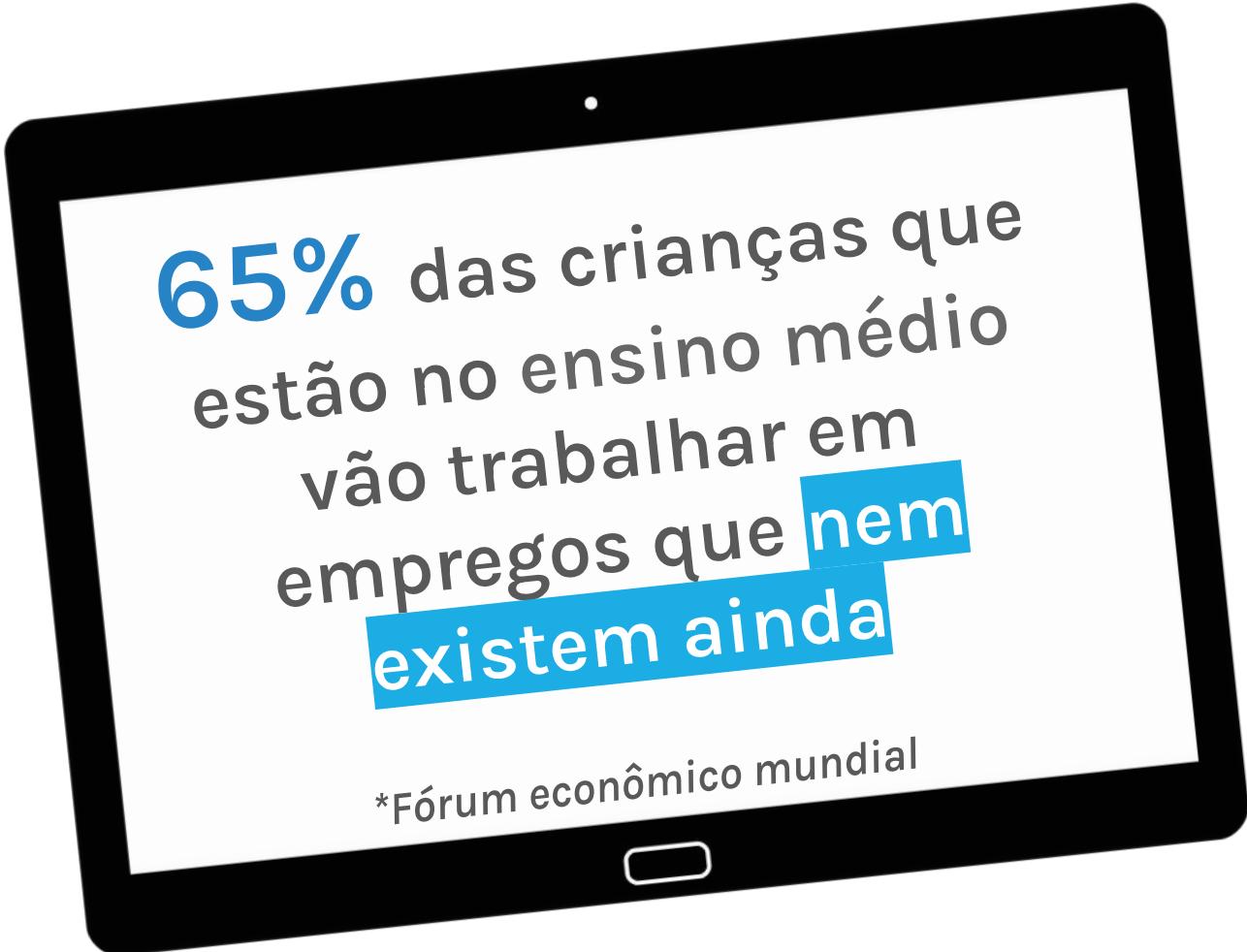
*Harvard business school

Após 5 anos, 100% das
nossas habilidades já
precisam ser
ATUALIZADAS.





- ✓ Cursando último ano em ciências da computação
- ✓ Desenvolvedora Jr em uma Startup
- ✓ Animada para aplicar tudo que aprendeu
- ✓ Descobriu que a linguagem usada na empresa ainda não chegou na faculdade ...



65% das crianças que
estão no ensino médio
vão trabalhar em
empregos que nem
existem ainda

*Fórum econômico mundial

Em um país com desemprego de 13%, sobram vagas na área de tecnologia

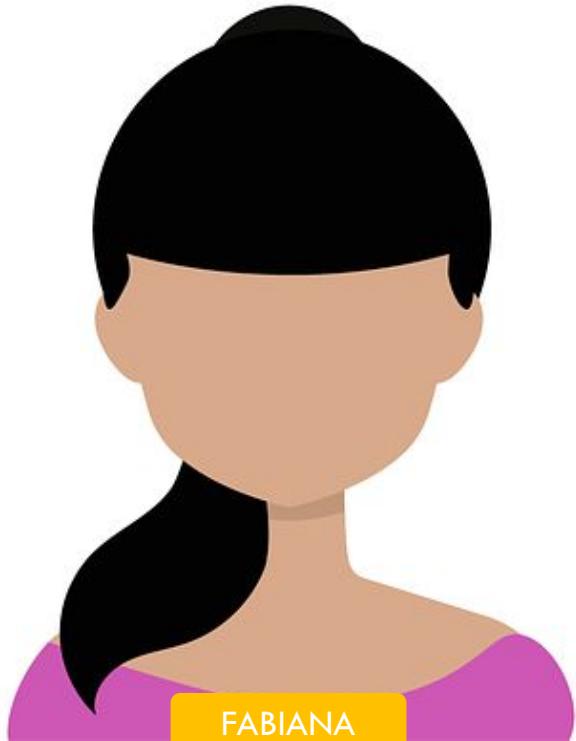
Considerado todo o ecossistema de tecnologia, as companhias poderiam abrir até 70 mil novas vagas em 2019



Por [Agência Estado](#)

6 maio 2019 10h05 - Atualizado 5 meses atrás

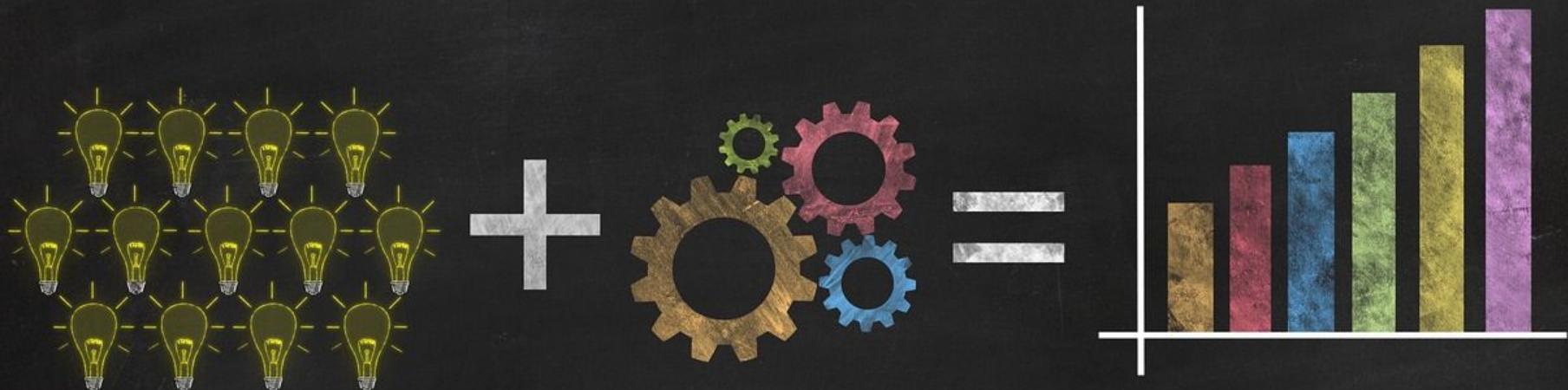




“O analfabeto do século 21
não é aquele que não sabe
ler e escrever, mas aquele
que não sabe aprender,
desaprender, e
reaprender”

Alvin Toffler

Carreira não é mais uma sequência de posições.

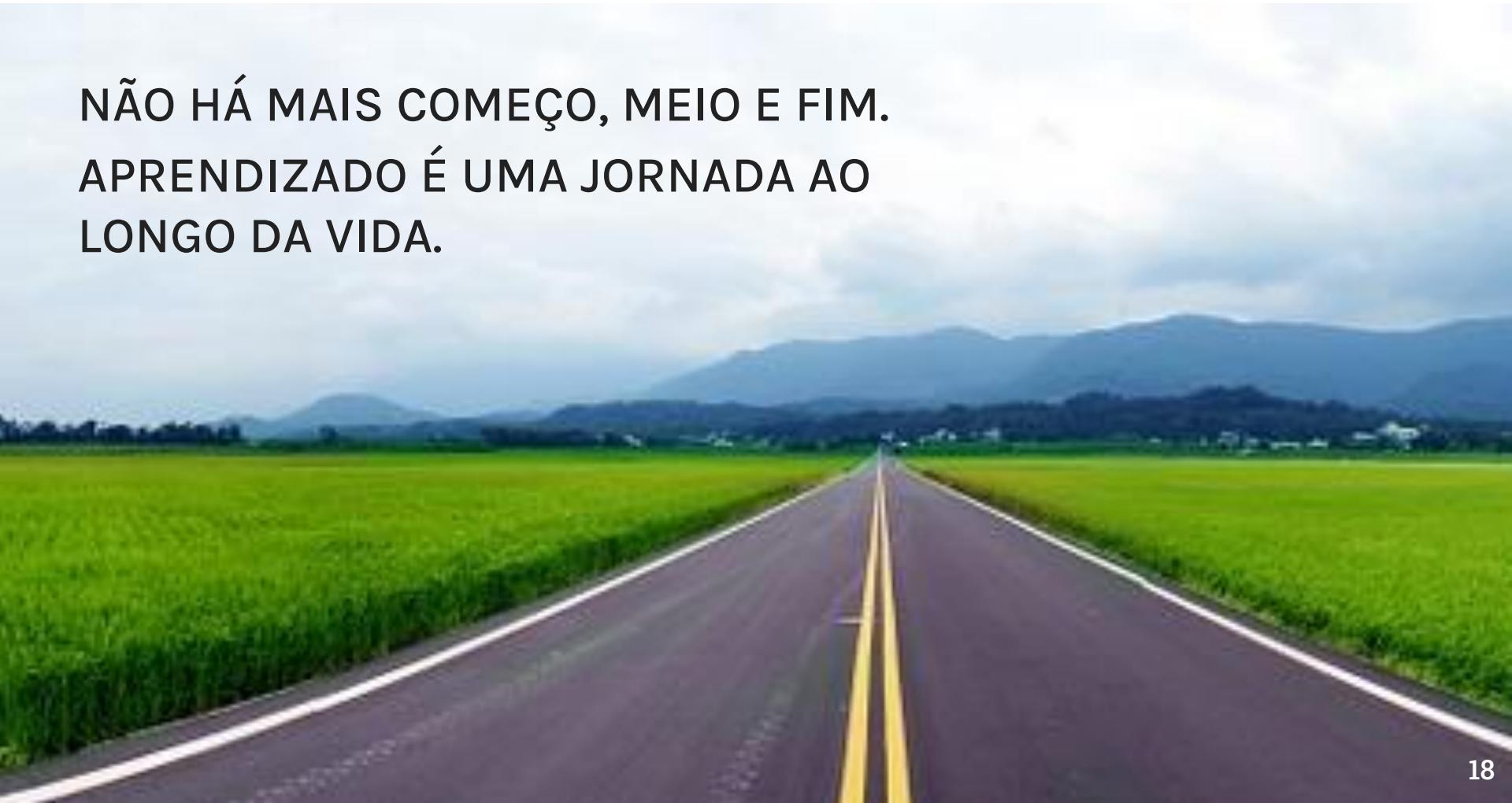


... é uma sequência de **EXPERIÊNCIAS** ao longo do tempo, que fazem um **IMPACTO** real.

CAPACIDADE DE
APRENDER COISAS
NOVAS RÁPIDO E DE
FORMA EFICAZ, CRIAR
ESTAS EXPERIÊNCIAS



NÃO HÁ MAIS COMEÇO, MEIO E FIM.
APRENDIZADO É UMA JORNADA AO
LONGO DA VIDA.



01

Aprendizagem como estilo de vida

Razões para aprender

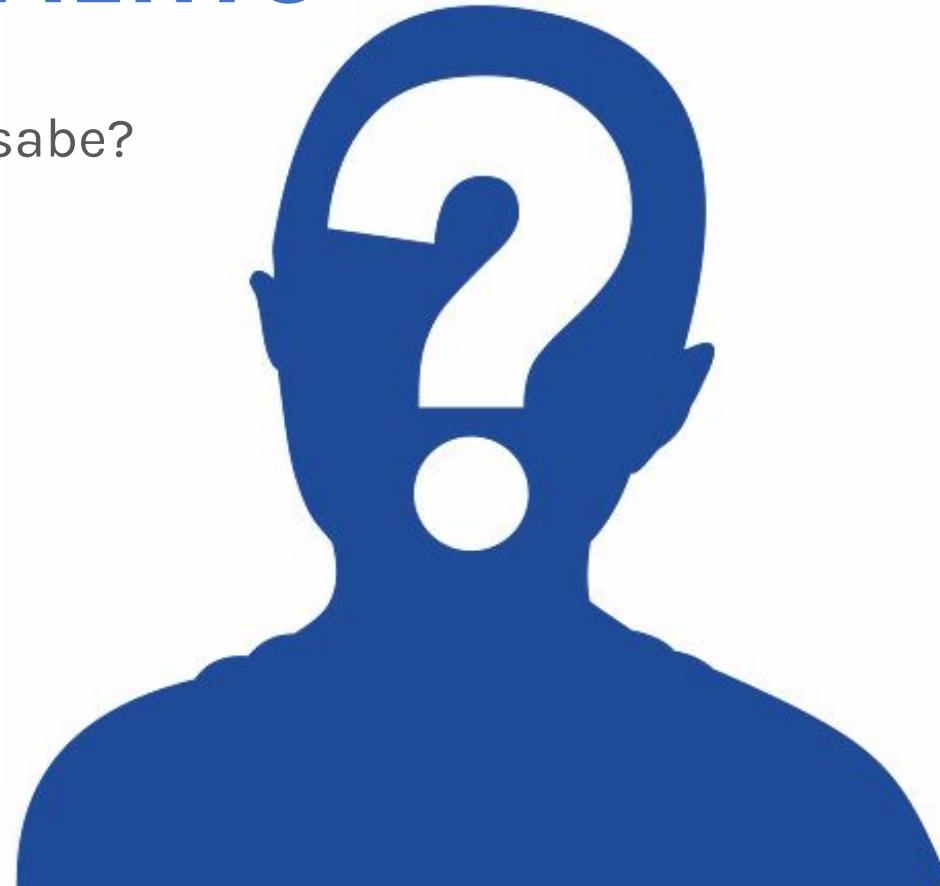


AUTOCONHECIMENTO

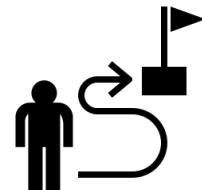
O que você sabe que não sabe?

Por que você quer
aprender sobre isso?
Onde vai usar?
PROpósito!

Priorize aquilo que é o
mais importante.



Uma razão clara faz toda diferença no resultado



Propósito / Missão



Curiosidade



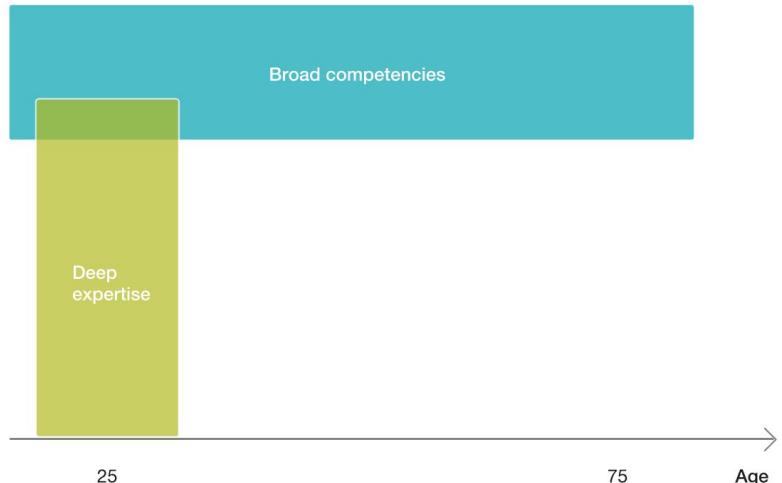
Paixão



Projeto

Profundidade x Abrangência

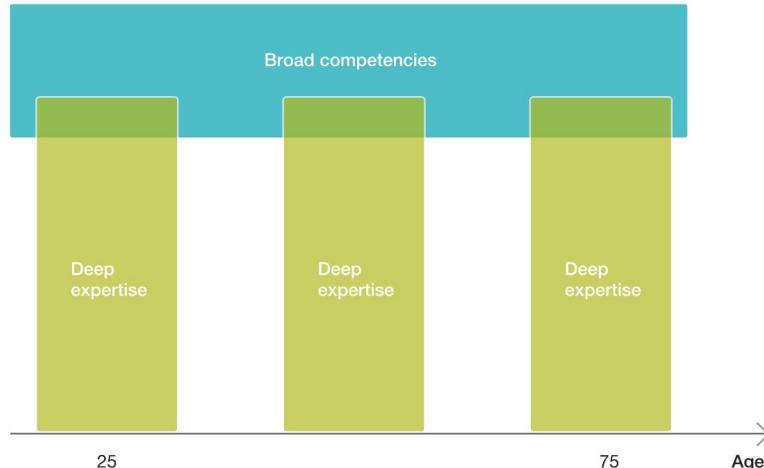
Workers have traditionally accumulated knowledge in a T-shaped profile.



Source: Nick van Dam, *Learn or Lose*, Breukelen, Netherlands: Nyenrode Publishing, November 2016

McKinsey&Company

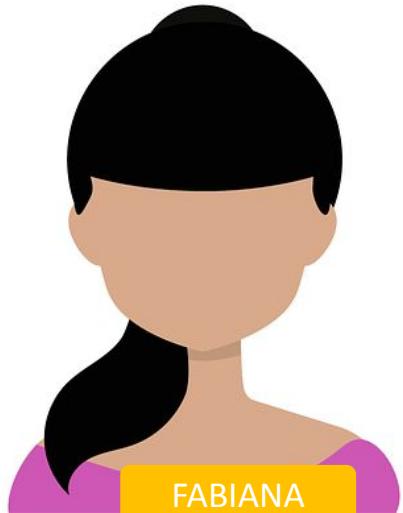
Today's workers need M-profile knowledge.



Source: Nick van Dam, *Learn or Lose*, Breukelen, Netherlands: Nyenrode Publishing, November 2016

McKinsey&Company

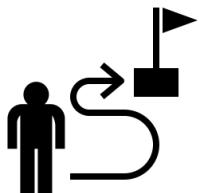




FABIANA

- Conectar vários temas diferentes;
- Se relacionar e entender pessoas;
- Organização e planejamento;
- Usar a tecnologia para fortalecer relações humanas;
- Construir sistemas com foco no cliente;
- Ajudar pessoas a resolver problemas;
- Inovação e novidades.





Propósito / Missão



Curiosidade

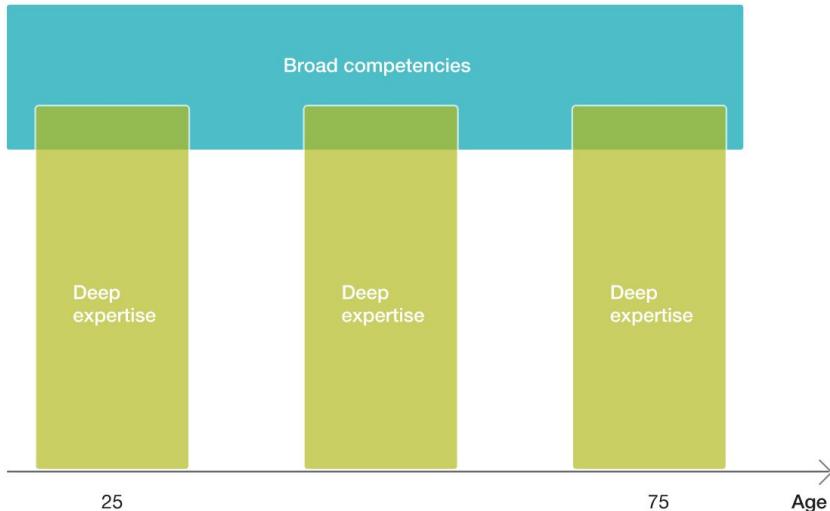


Paixão



Projeto

Today's workers need M-profile knowledge.



Source: Nick van Dam, *Learn or Lose*, Breukelen, Netherlands: Nyenrode Publishing, November 2016

McKinsey&Company

PENSANDO EM UM INTERVALO DE 1 ANO...

- Qual seu Ikigai?
- Quais são suas razões para Aprender algo?
- Onde você quer se aprofundar?

01

Aprendizagem como estilo de vida

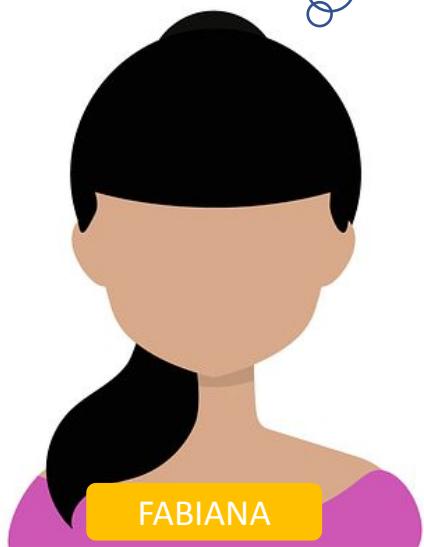
Estilos de aprendizagem



QUAIS SÃO OS MELHORES CAMINHOS PARA APRENDER?

**Pense em uma experiência de
aprendizagem marcante**

Como foi?

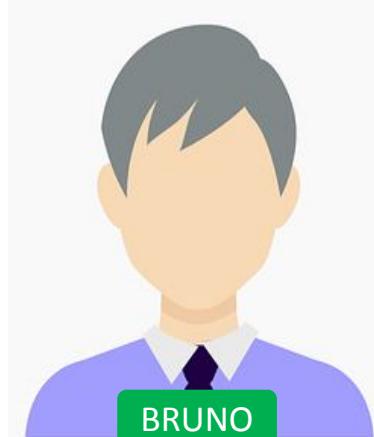
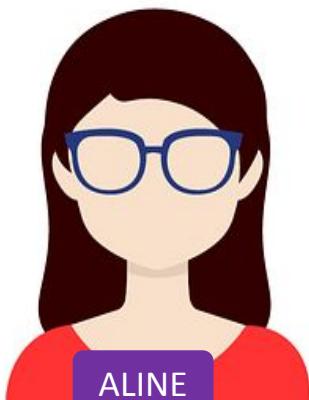


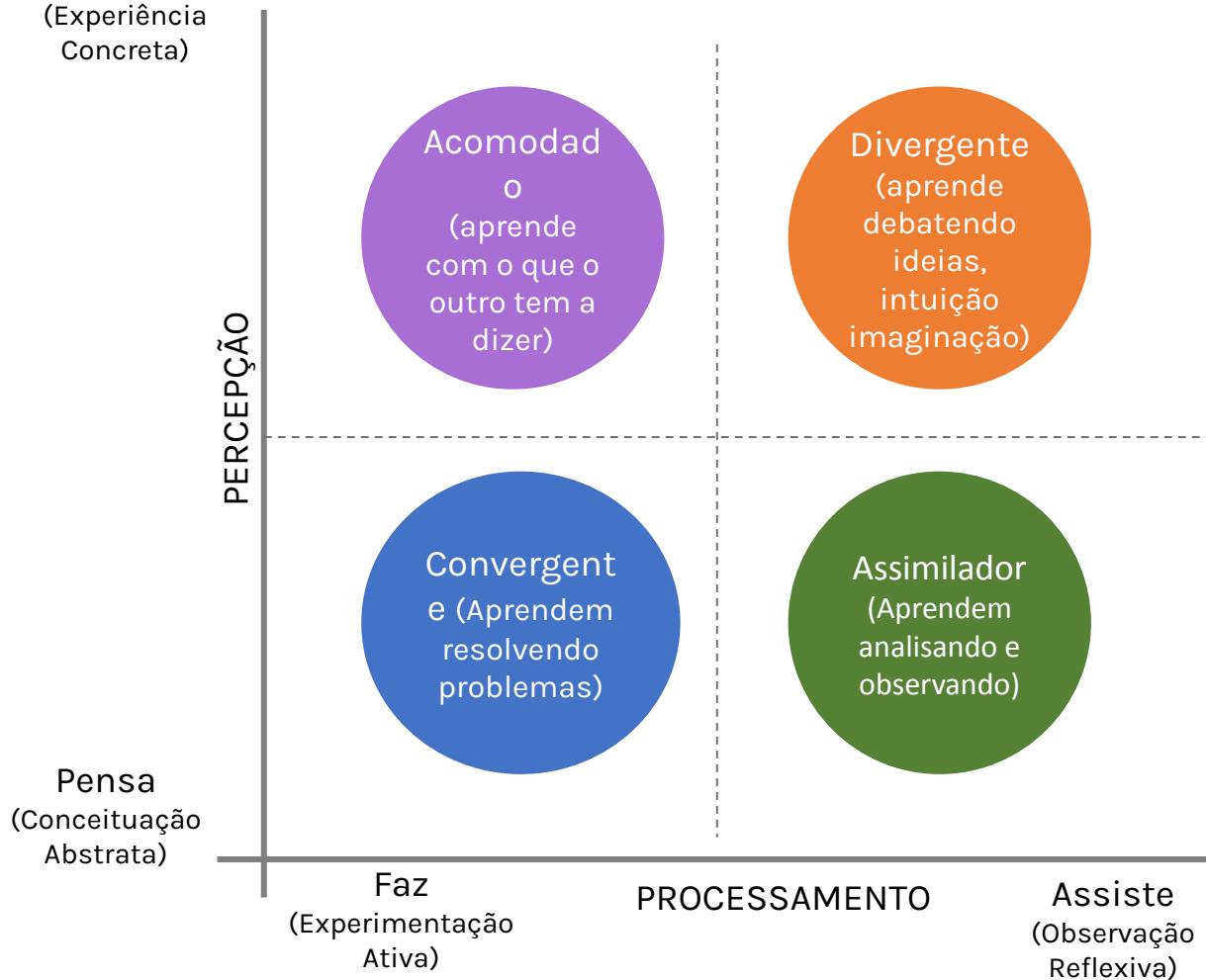
Projeto Social na faculdade, onde tive que passar 1 dia com os usuários e conhecer sua realidade para só depois desenhar o sistema

Já havia assistido muitas aulas sobre o tema, lido vários livros, escutado alguns podcasts, mas ainda não tinha a solução na minha cabeça

Todos meus colegas já tinham seus trabalhos prontos e eu ainda não conseguia sair do lugar, até a visita aos usuários

Pessoas diferentes
aprendem de **formas** diferentes
em **tempos** diferentes





David Allen Kolb



Inventário de Estilo de Aprendizagem de Kolb

O questionário abaixo foi idealizado por David A. Kolb e descreve a maneira pela qual você aprende e como lida com ideias e situações do dia-a-dia em sua vida.

Você encontrará 12 sentenças, cada uma com quatro campos de resposta. Classifique cada campo de forma a retratar a maneira como você age ao ter que aprender algo. Procure recordar de algumas situações recentes que você teve que aprender algo novo, seja no trabalho, na universidade ou em sua vida pessoal.

Classifique com 4 o complemento da sentença que caracteriza como você aprende melhor, decrescendo até indicar 1 para o complemento da sentença que caracteriza a maneira menos provável de como você aprende algo. Assegure-se de responder todas as sentenças.

1. Enquanto aprendo...

gosto de lidar com meus sentimentos

- 1 2 3 4

gosto de pensar sobre ideias

- 1 2 3 4

gosto de estar fazendo coisas

- 1 2 3 4

gosto de observar e escutar

- 1 2 3 4

2. Aprendo melhor quando...

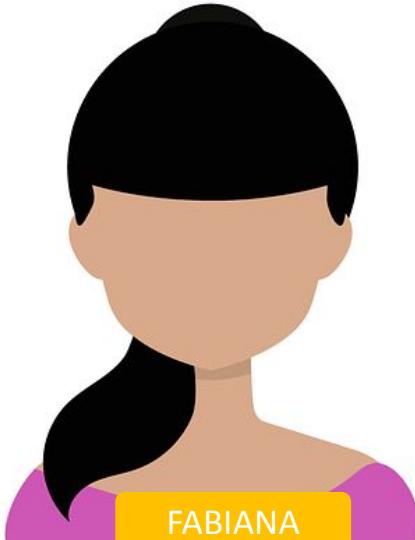
ouço e observo com atenção

- 1 2 3 4



Pensa
(Conceituação
Abstrata)

Faz
(Experimentação
Ativa)



Um tipo não serve igual para todos

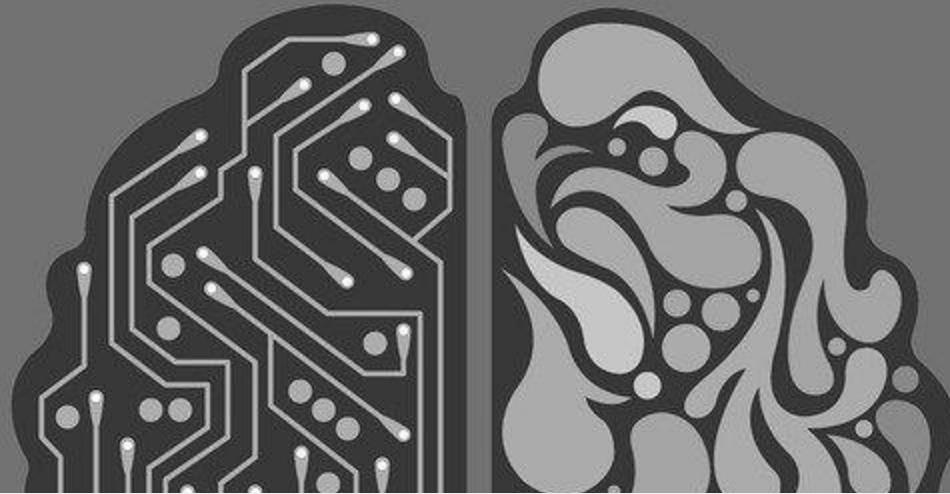
Estilos diferentes x Técnicas
diferentes

Respeite seu tempo

02

Talento ou disciplina?

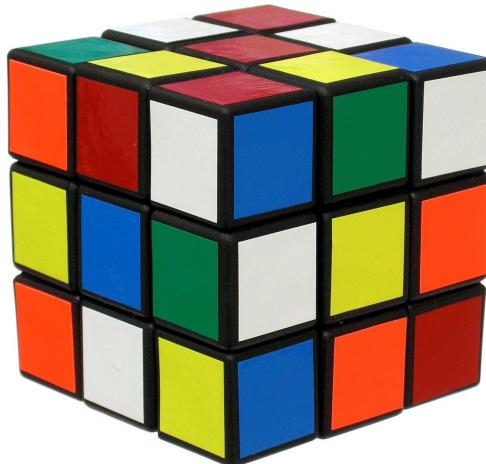
Zona de aprendizagem

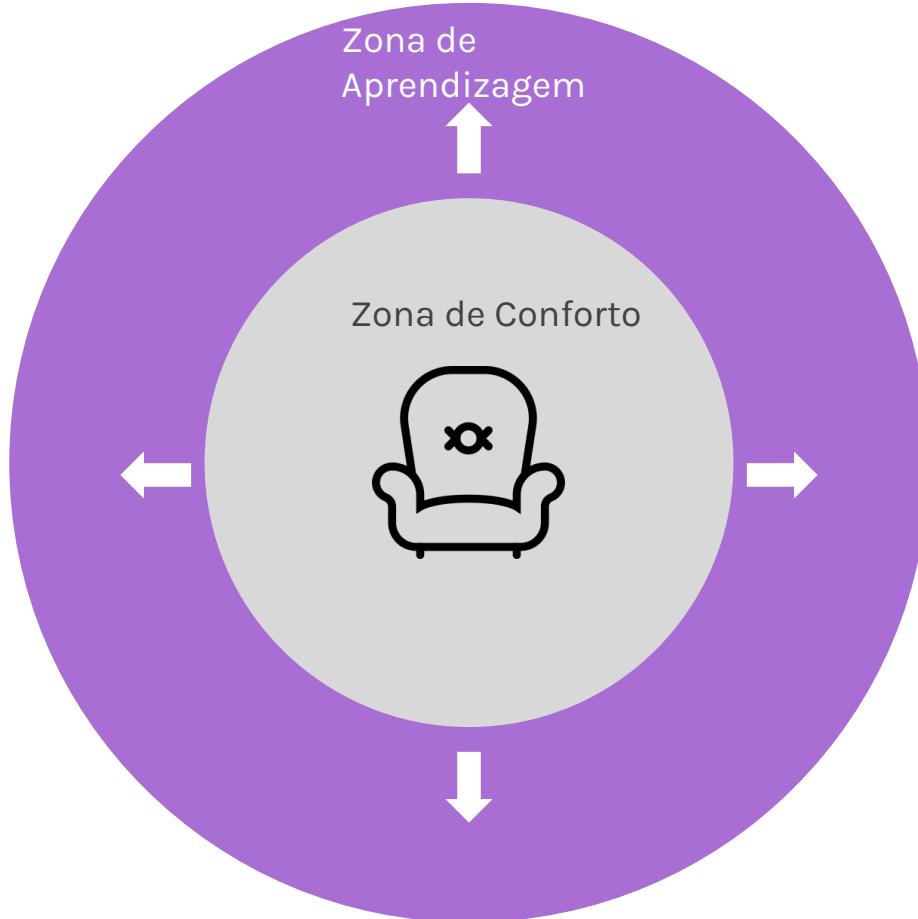


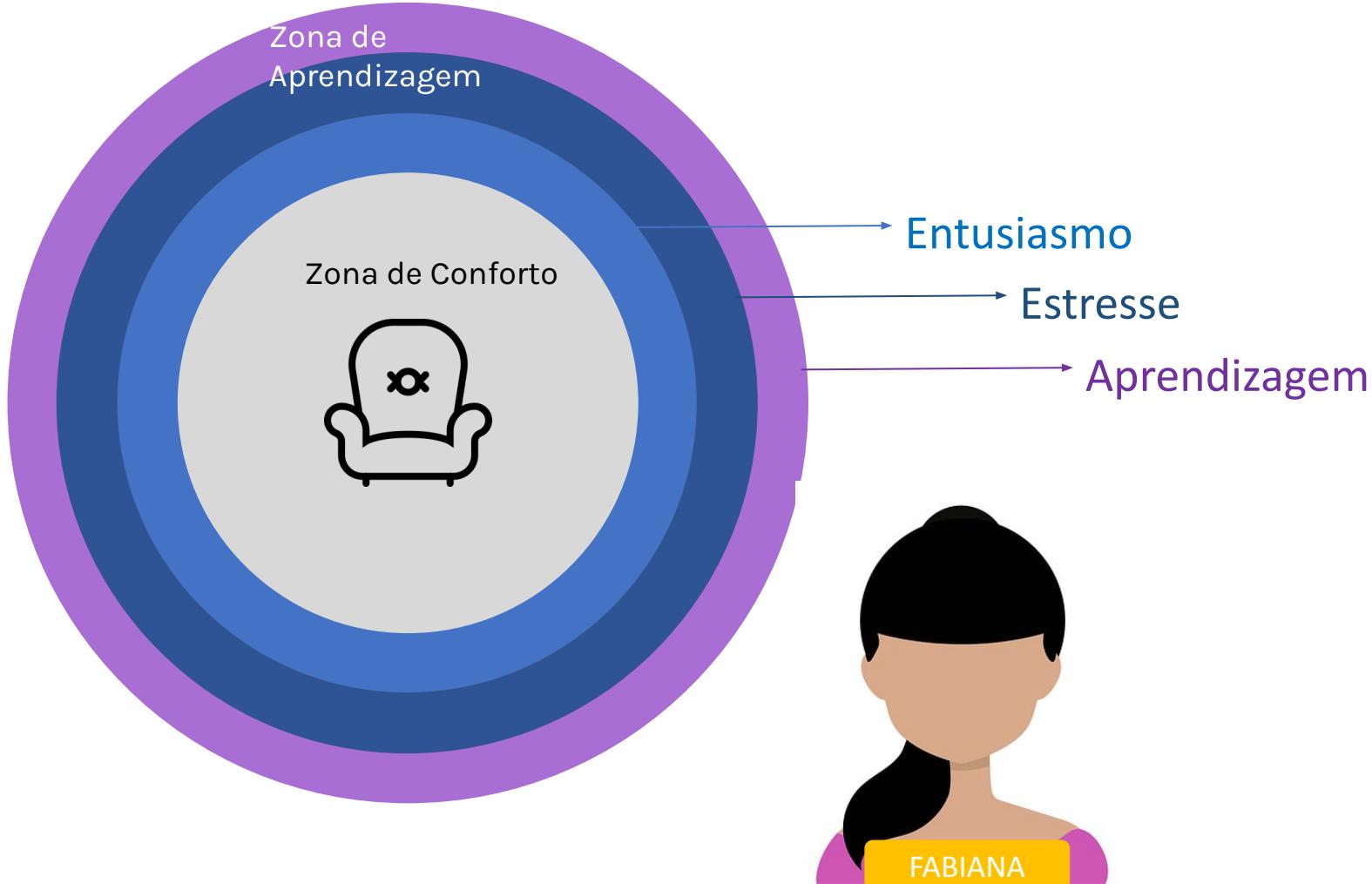
Talento ou disciplina? Quem ganha o jogo?



Sabe aquela coisa
colorida onde tudo se
encaixa: então, não é A
MINHA E NEM A SUA
carreira









Mihaly Csikszentmihalyi

Como motivar na crise?





Aprendizagem não ocorre na zona de conforto

Fique perto de gente melhor que você! Se desafie a ser mais, a ir além.

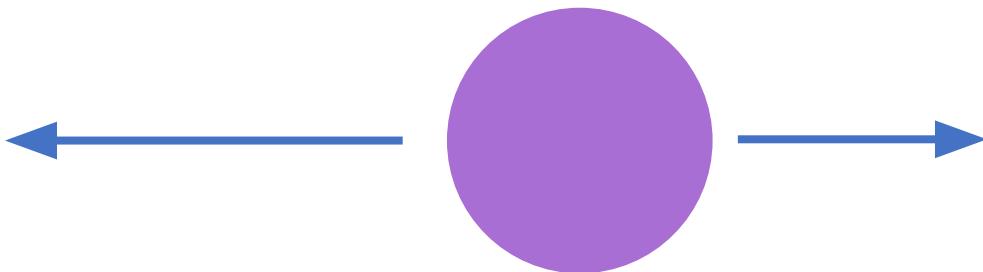
Encontre seu ponto de equilíbrio do Flow

02

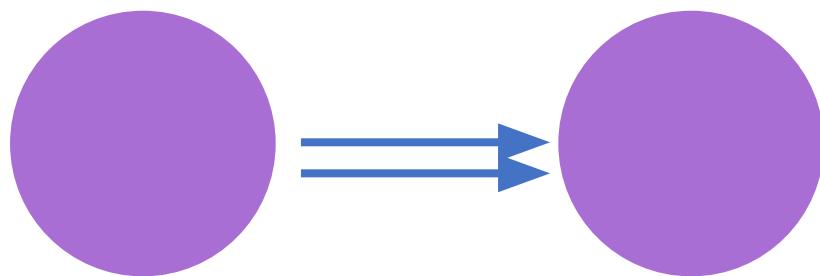
Talento ou disciplina?

Disciplina

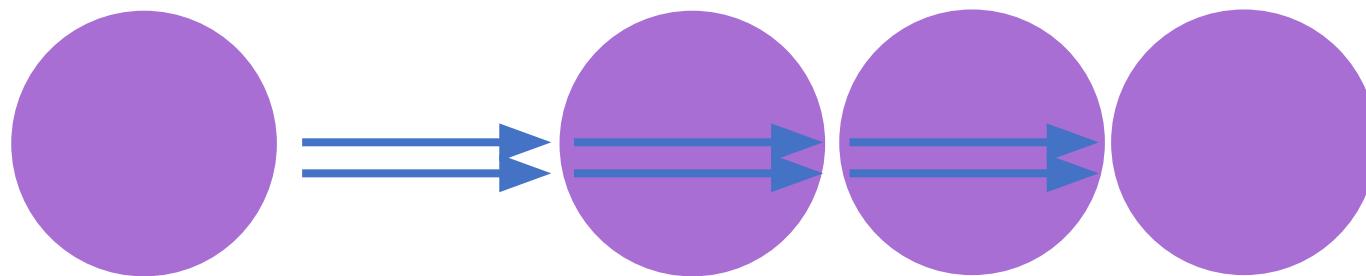
Direção é mais importante que Velocidade



Direção é mais importante que Velocidade



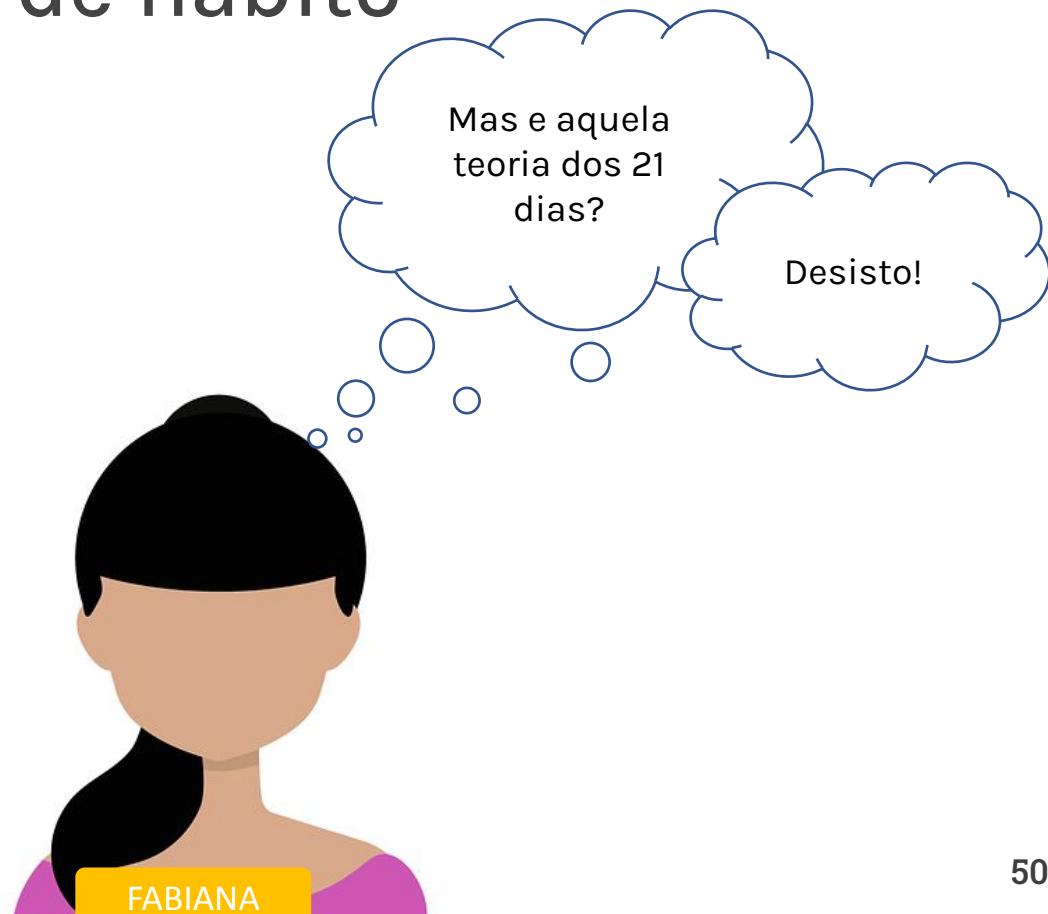
E a constância potencializa resultados



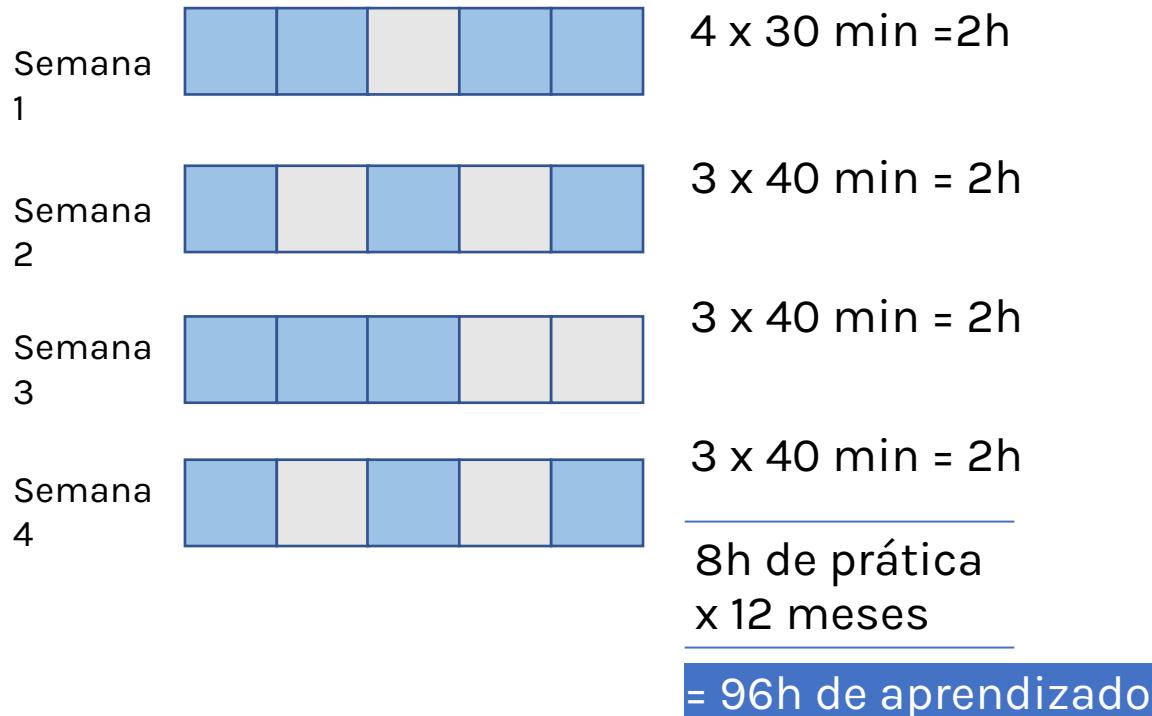


Consistência

Disciplina é questão de hábito



Disciplina é questão de hábito



Disciplina é questão de hábito

1 página = 2 min

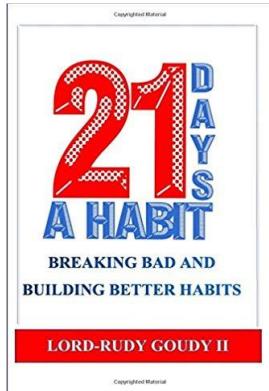
30 páginas = 1 hora

300 páginas = 10 horas

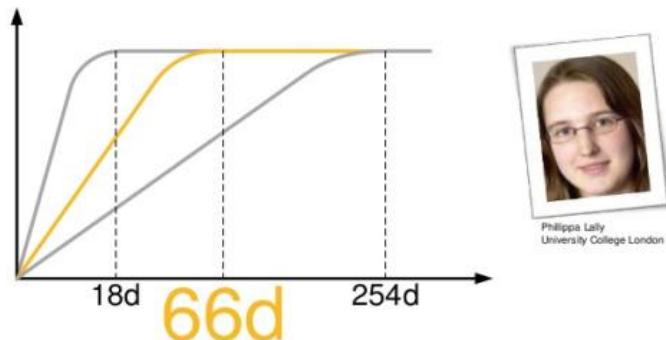
10 horas / 30 dias = 20 min por dia

20 min dia x 1 ano = 12 livros!!

Disciplina é questão de hábito



Maxwell Maltz,
1960
21 dias



Philippa Lally,
2009
66 dias

HÁBITOS



A disposição

Momento que desencadeia a ação, o gatilho.



A rotina

A ação sendo repetida.



A recompensa

Resultado positivo no fim que motiva a continuar.

Lifelong Learning

Autoconhecimento e Propósito

Estilo individual de aprendizagem

Zona de Aprendizagem e Disciplina



02

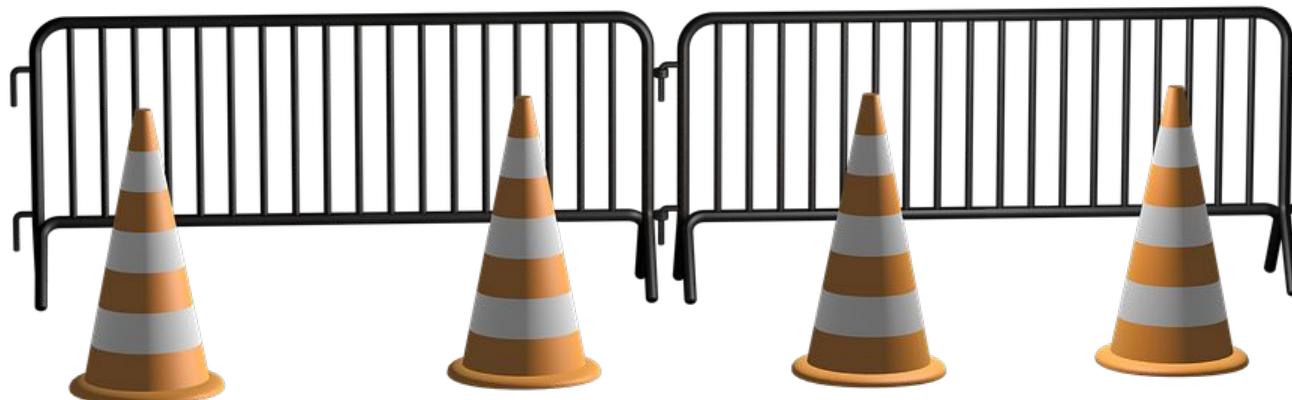
Talento ou disciplina?

Elimine as barreiras

Ralos de atenção?



REMOVA AS BARREIRAS FÍSICAS E EMOCIONAIS





Falta de tempo?

Ou será de priorização?



Distrações na internet



Pensar nas outras tarefas a serem feitas



Não organizar antes de iniciar



Pessoas que te ligam ou vão até você



Achar que não posso crescer, medo de mudança

Stress

people have
placed

sure when

employees, for

also have a short

Ansiedade

emotional

tension

adverse or demanding circumstances

he's obviously under a lot of stress.
the stresses and

V

excessive

stress

and

a mot

ffy the mem

er

et

re

ir





Falta de celebração

02

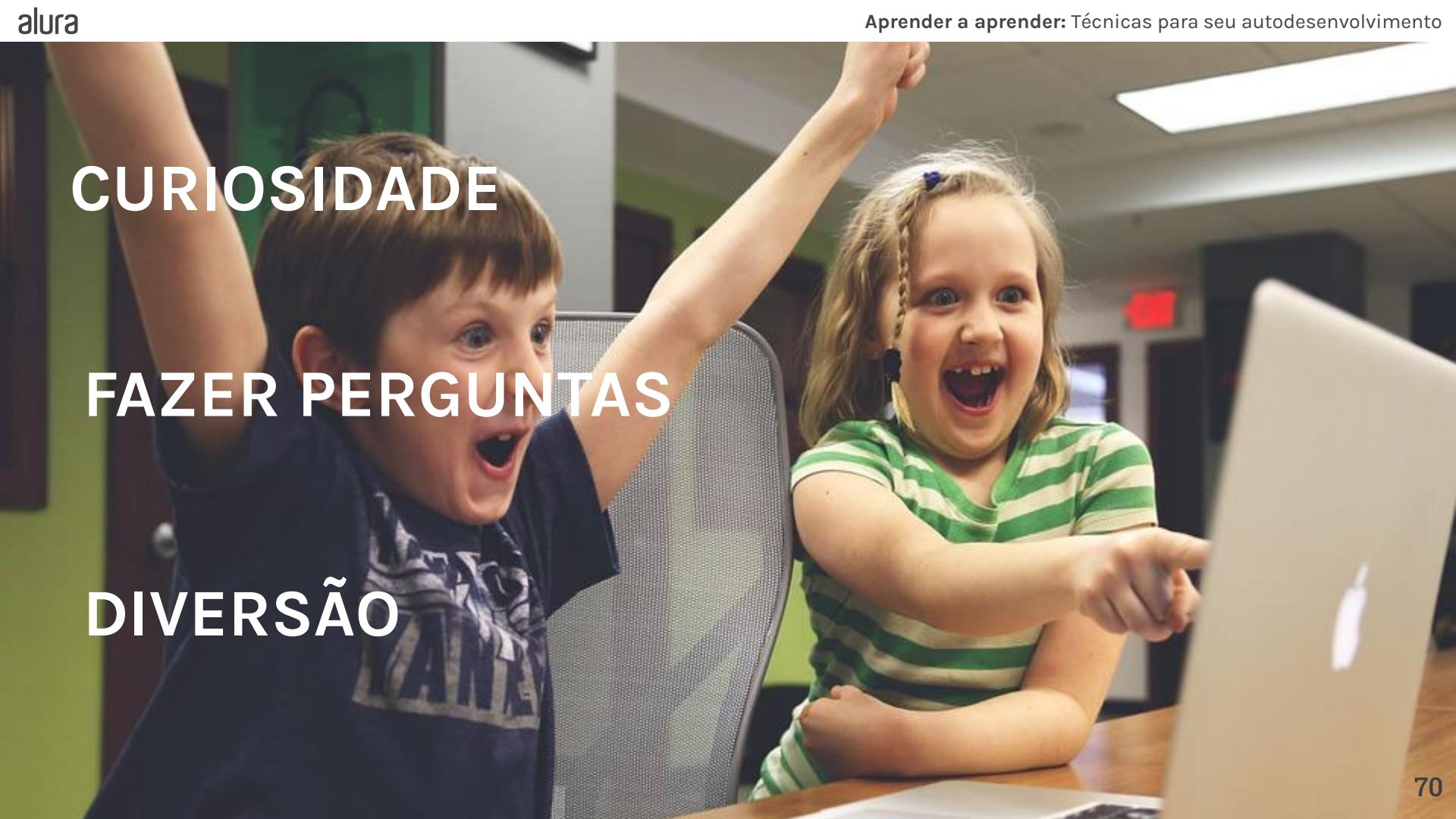
Talento ou disciplina?

Hábitos para serem criados

Alguns hábitos para criar e se tornar um master em **LIFELONG LEARNING**



VÁRIAS (E BOAS) FONTES, FORMATOS, AUTORES, PROFESSORES

A photograph of two young children, a boy and a girl, sitting at a desk. They are both looking at a laptop screen and have their arms raised in excitement or enthusiasm. The boy is on the left, wearing a dark t-shirt with a graphic on it. The girl is on the right, wearing a green and white striped shirt. The background shows an office environment with a chair and a door.

CURIOSIDADE

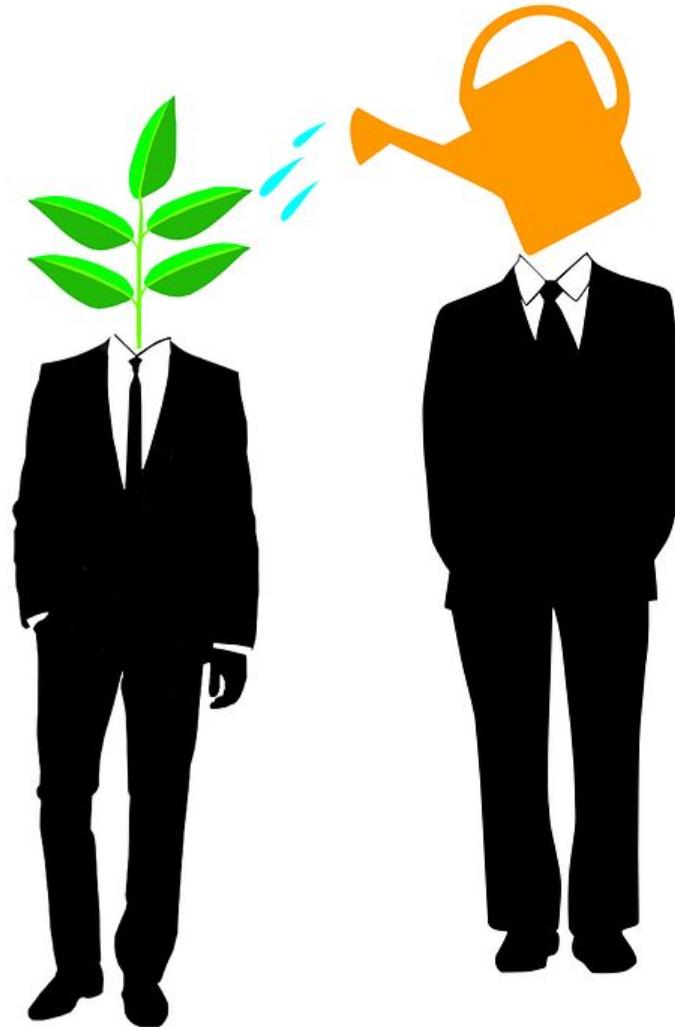
FAZER PERGUNTAS

DIVERSÃO

NETWOKING







**ENCONTRE UM
MENTOR**

A woman with blonde hair, wearing a blue patterned dress, is sitting at a desk and writing in a notebook with a pen. Her tattooed arm is visible on the left.

Combine teoria e prática

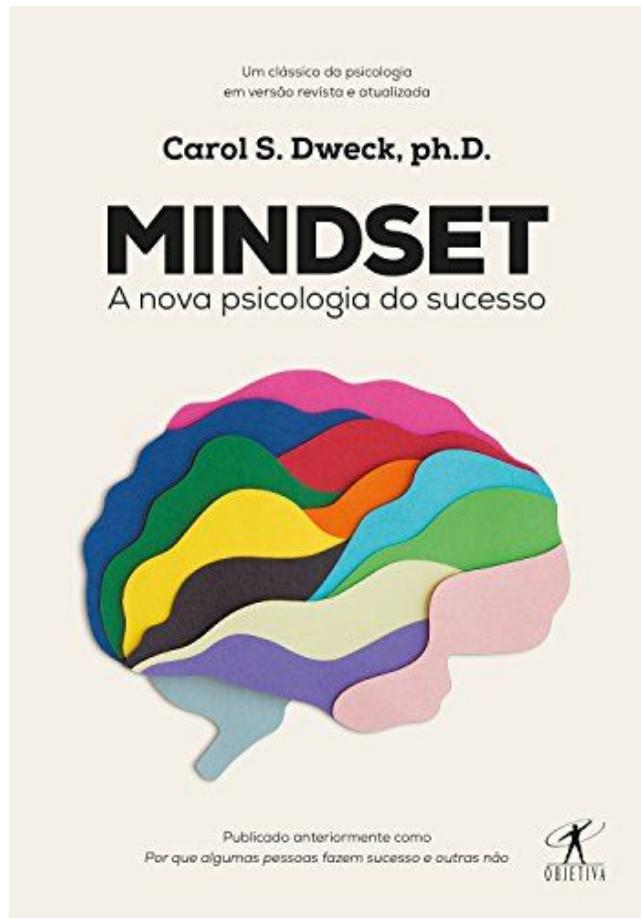
03

Desvendando o cérebro

Mindset fixo e de crescimento

Vamos começar a aprofundar
nossa entendimento sobre o
funcionamento do cérebro



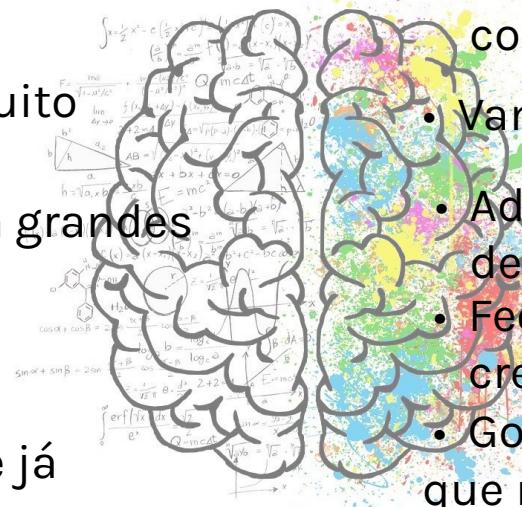


MINDSET FIXO

- A quantidade de inteligência é algo limitado
- Sou bom apenas em certas coisas
- Desisto quando fica muito difícil
- Não me sinto bem com grandes desafios
- Feedback é uma crítica
- Prefiro fazer coisas que já sei

MINDSET DE CRESCIMENTO

- A quantidade de inteligência é ilimitada
- Posso ser bom em qualquer coisa
- Vamos fazer dar certo!
- Adoro grandes desafios
- Feedback é uma ajuda para crescer
- Gosto de aprender a fazer coisas que não sei



Será que o Mindset do Professor ou dos pais influenciam no aluno?



HOW TO ENCOURAGE STUDENTS

Growth Mindset

What to say:

"When you learn how to do a new kind of problem, it grows your math brain!"

"If you catch yourself saying, 'I'm not a math person,' just add the word 'yet' to the end of the sentence."

"That feeling of math being hard is the feeling of your brain growing."

"The point isn't to get it all right away. The point is to grow your understanding step by step. What can you try next?"

Fixed Mindset

What not to say:

"Not everybody is good at math. Just do your best."

"That's OK, maybe math is not one of your strengths."

"Don't worry, you'll get it if you keep trying."*

*If students are using the wrong strategies, their efforts might not work. Plus they may feel particularly inept if their efforts are fruitless.

"Great effort! You tried your best."*

*Don't accept less than optimal performance from your students.

Será que o Mindset pode mudar ao longo da vida?

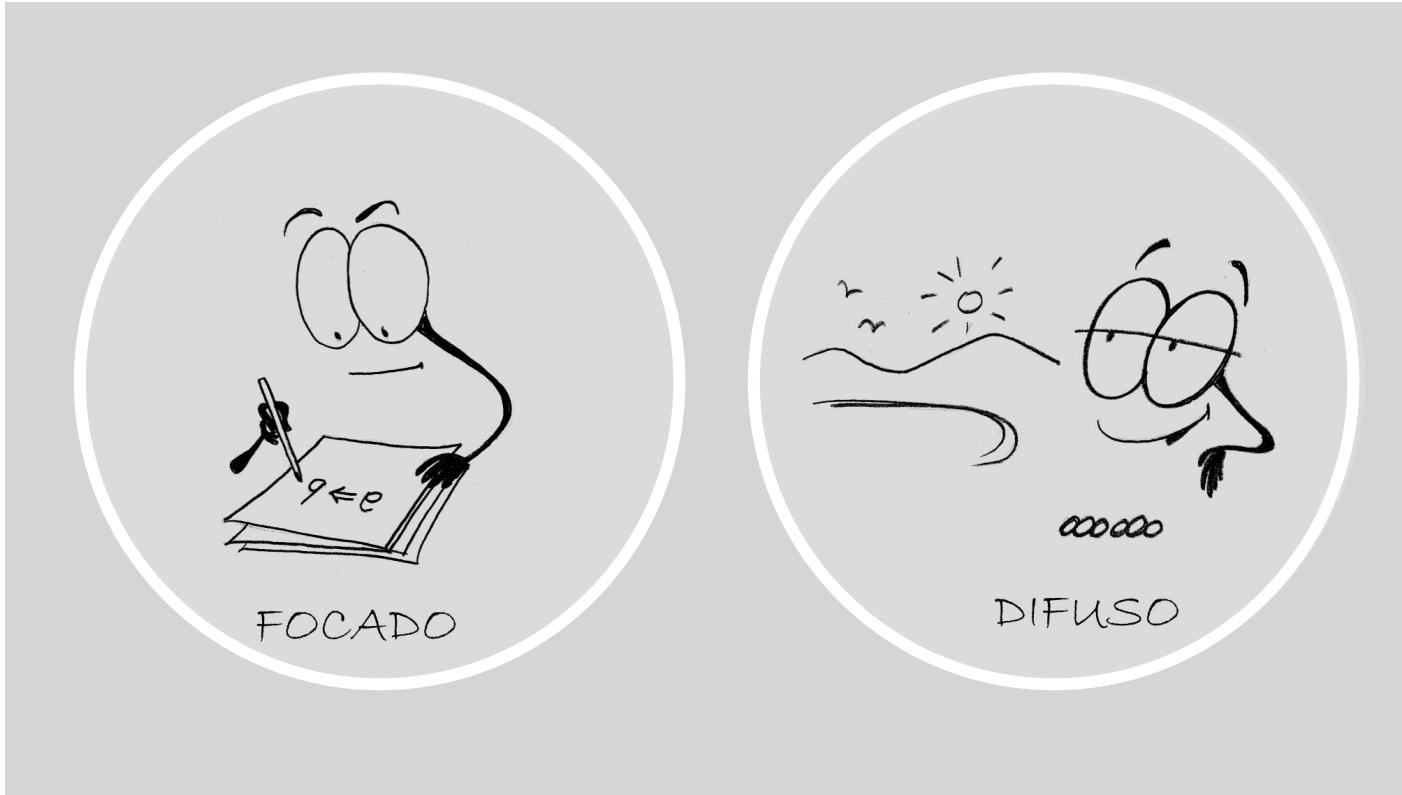
- Busque inspiração em Mentores
- Autoconfiança
- Aproveite as oportunidades
- Motivação e foco
- Dedicação
- Mude aos poucos e constantemente

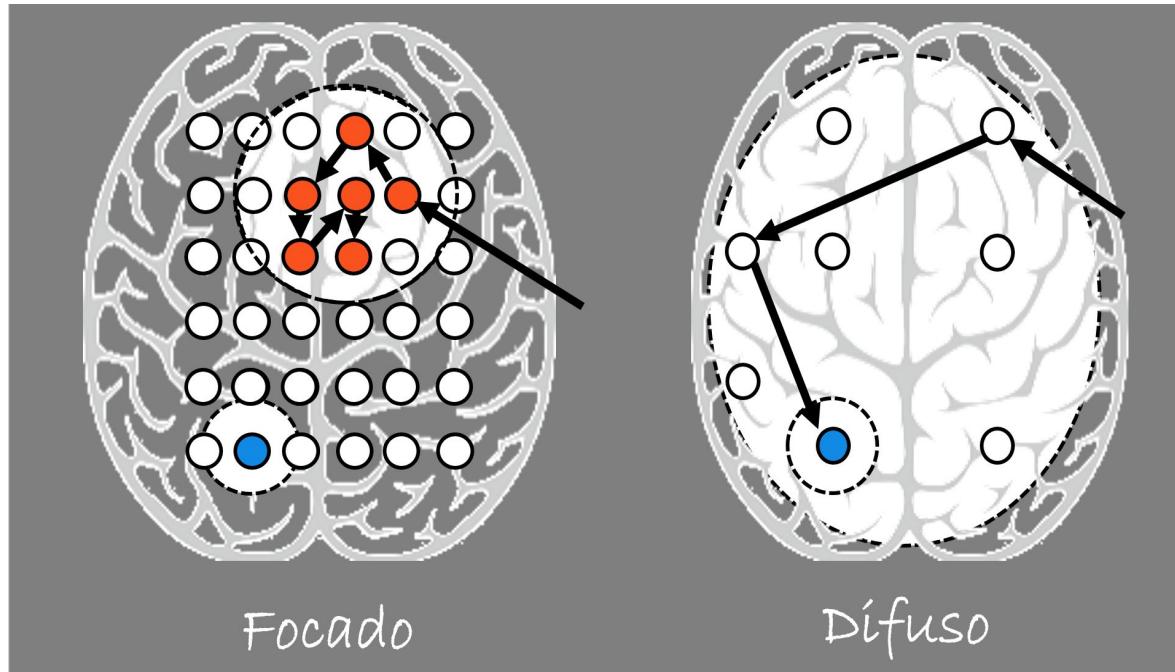
03

Desvendando o cérebro

Modo difuso e focado



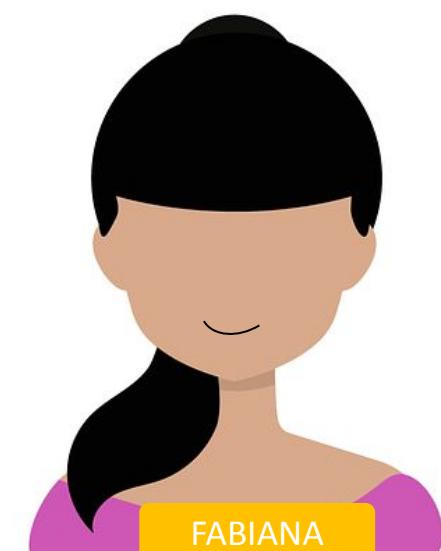




Concentração
Repetir padrões
Planejado

Problemas conhecidos

Visão Ampliada
Conexões inconscientes
Aleatório
Novas soluções



**Estudar mais de um tema por vez;
Ler dois livros ao mesmo tempo;
Ter um emprego e um projeto voluntário;
Não abrir mão dos momentos de ócio.**



03

Desvendando o cérebro

Formatos de aprendizagem



QUAIS SÃO OS MELHORES FORMATOS PARA APRENDER DE FORMA EFICIENTE

AUDITIVO

Podcasts

Audio books

Ouvir gravação de aulas

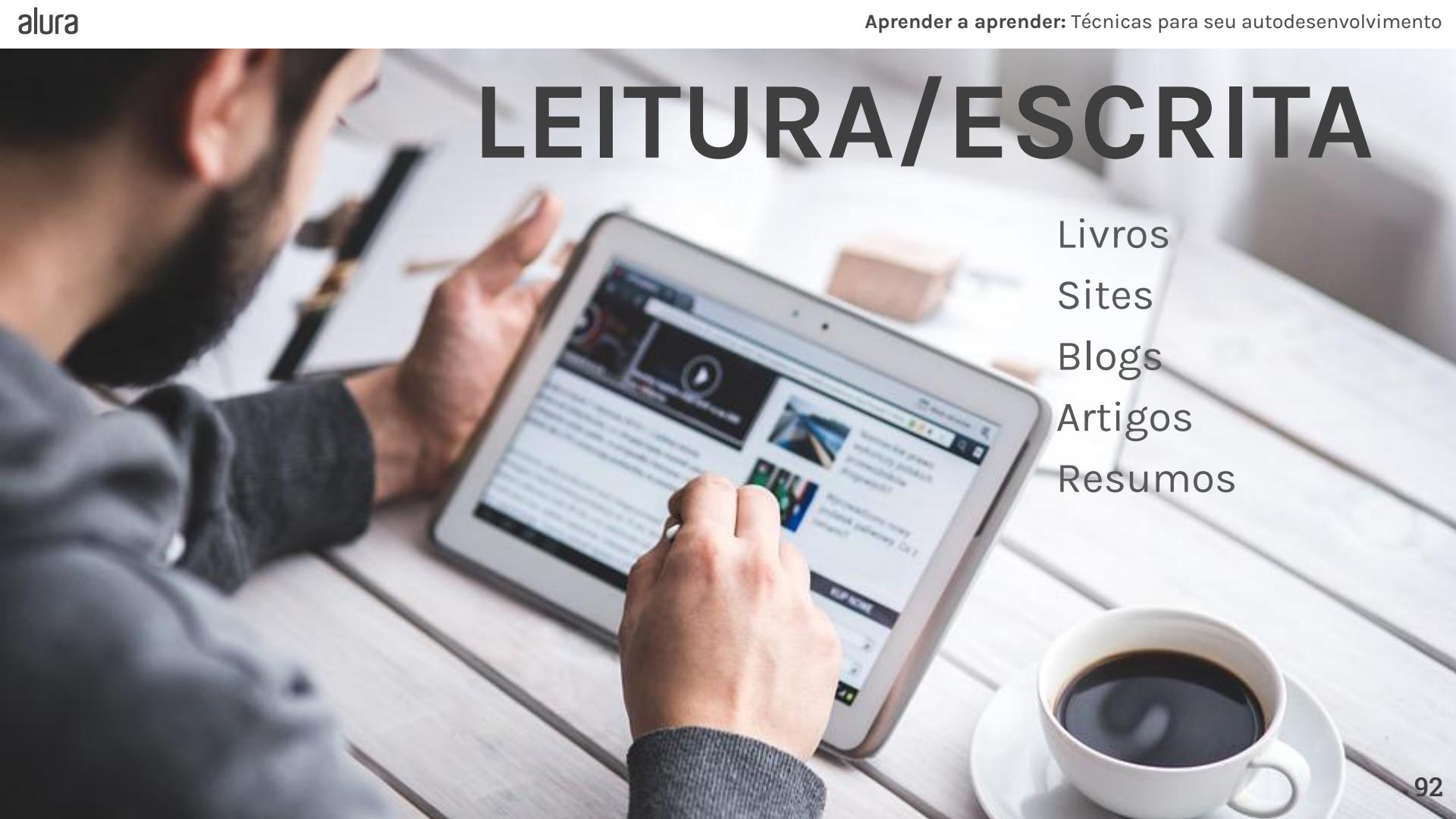


VISUAL

Infográficos
Power Points
Teds
Video Aulas
Mapa Mentais



LEITURA/ESCRITA

A photograph showing a person from the side, wearing a grey hoodie, sitting at a light-colored wooden table. They are holding a white tablet with both hands, looking at the screen which displays a news article or an e-book page. In the bottom right corner of the frame, there is a white cup of coffee on a saucer. The background is slightly blurred.

- Livros
- Sites
- Blogs
- Artigos
- Resumos

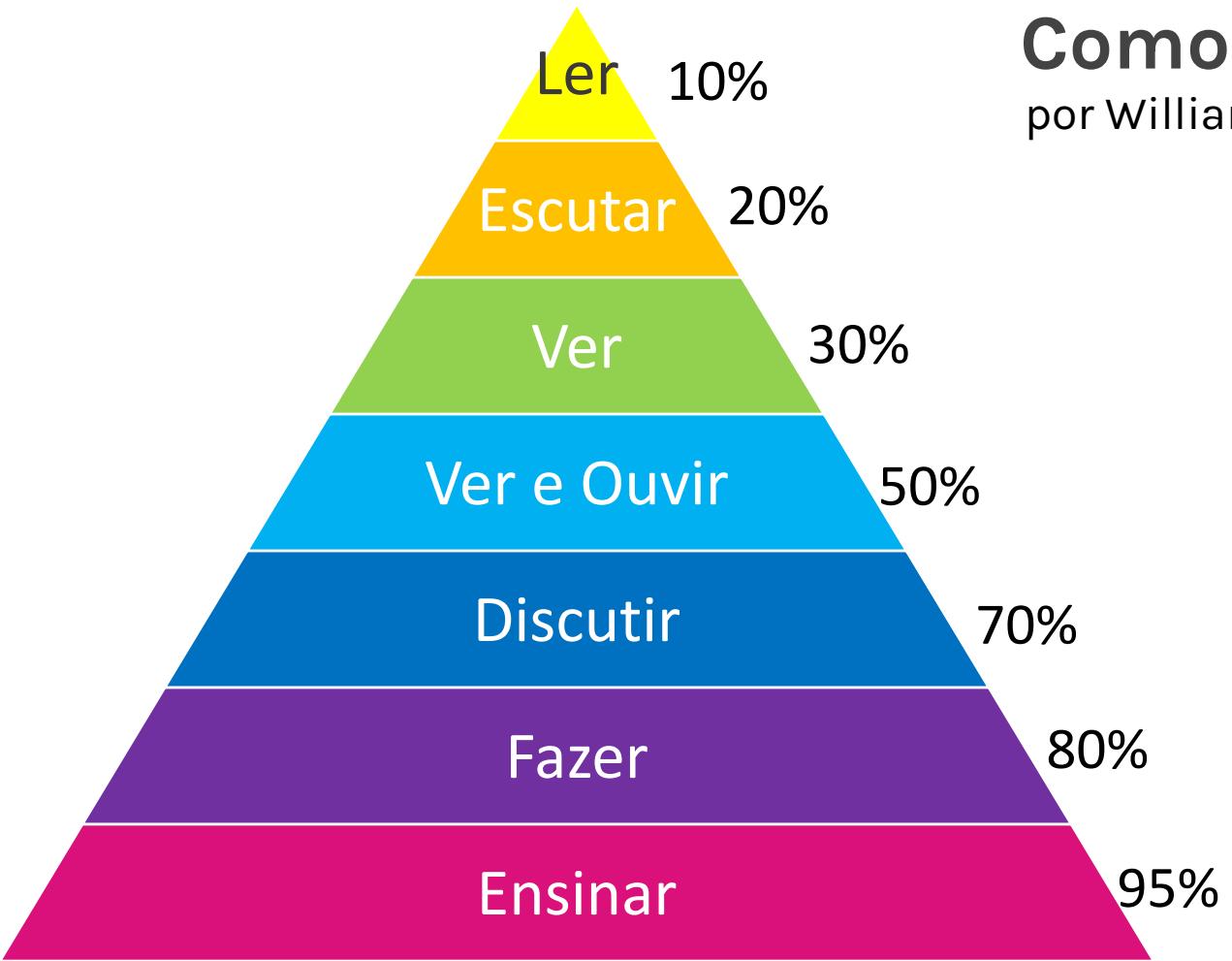
A close-up photograph of two hands clasped together. One hand is gripping the fingers of the other, creating a sense of connection or support. The hands appear to be of different skin tones.

CINESTÉSICO

Eventos

On the Job / Carona

Projetos



Como Aprendemos

por William Glasser

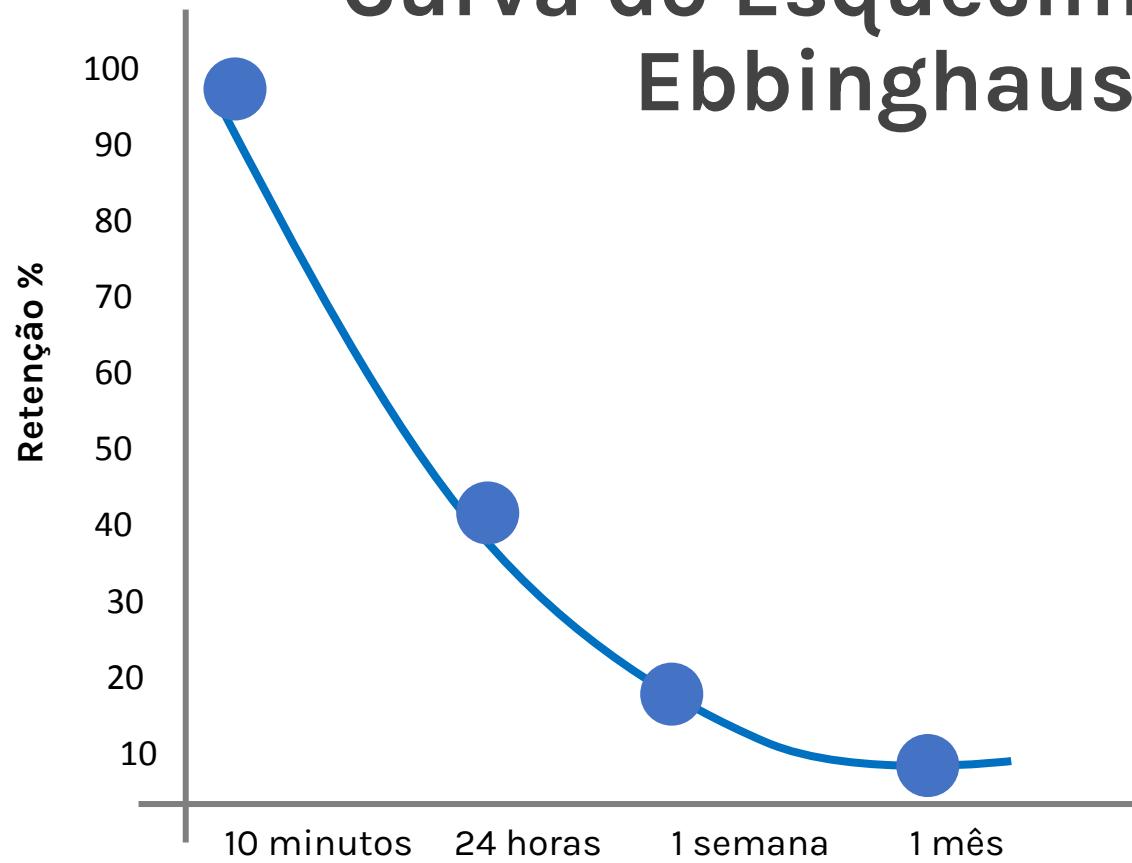
03

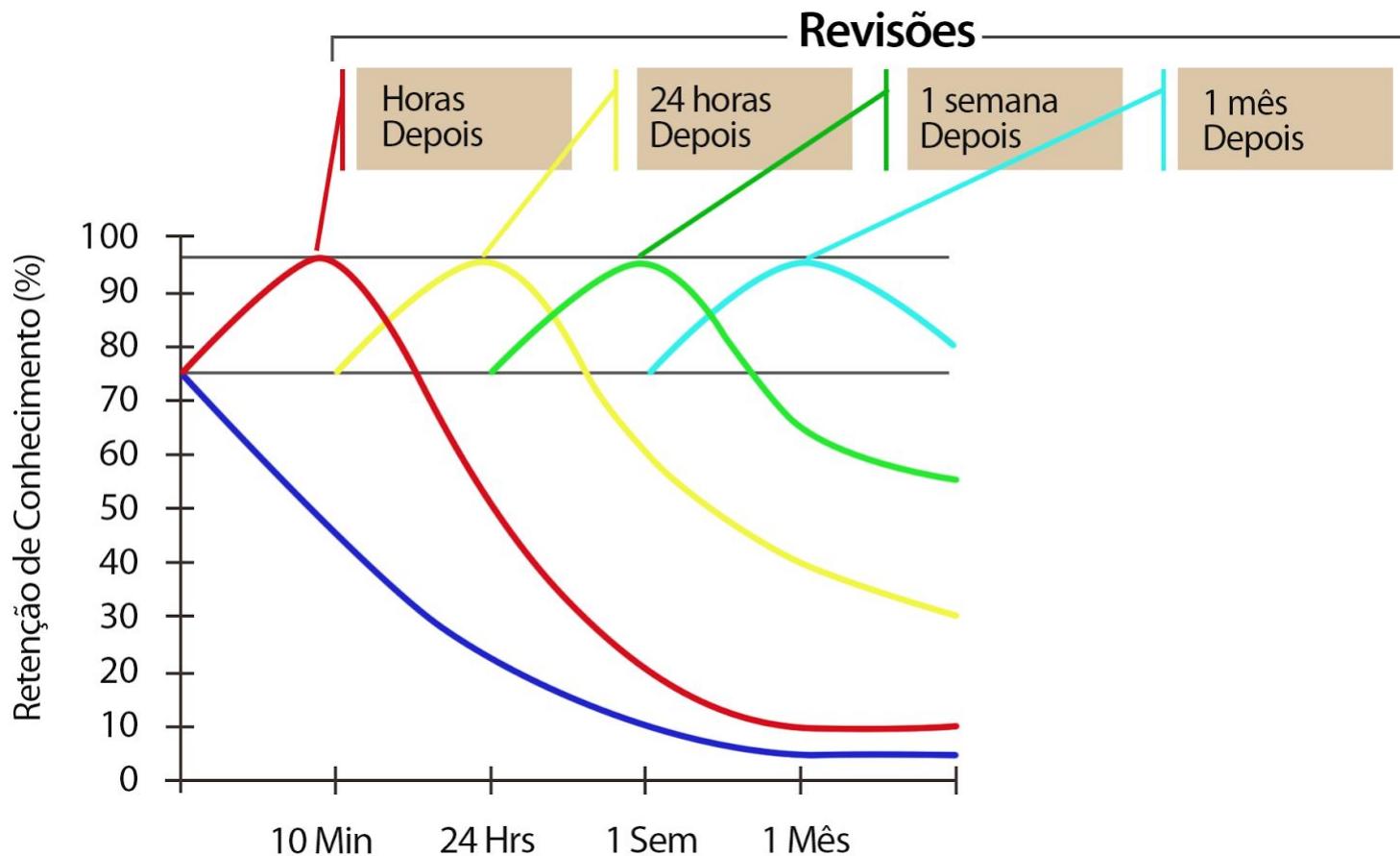
Desvendando o cérebro

Prática distribuída x Cramming



Curva do Esquecimento de Ebbinghaus:

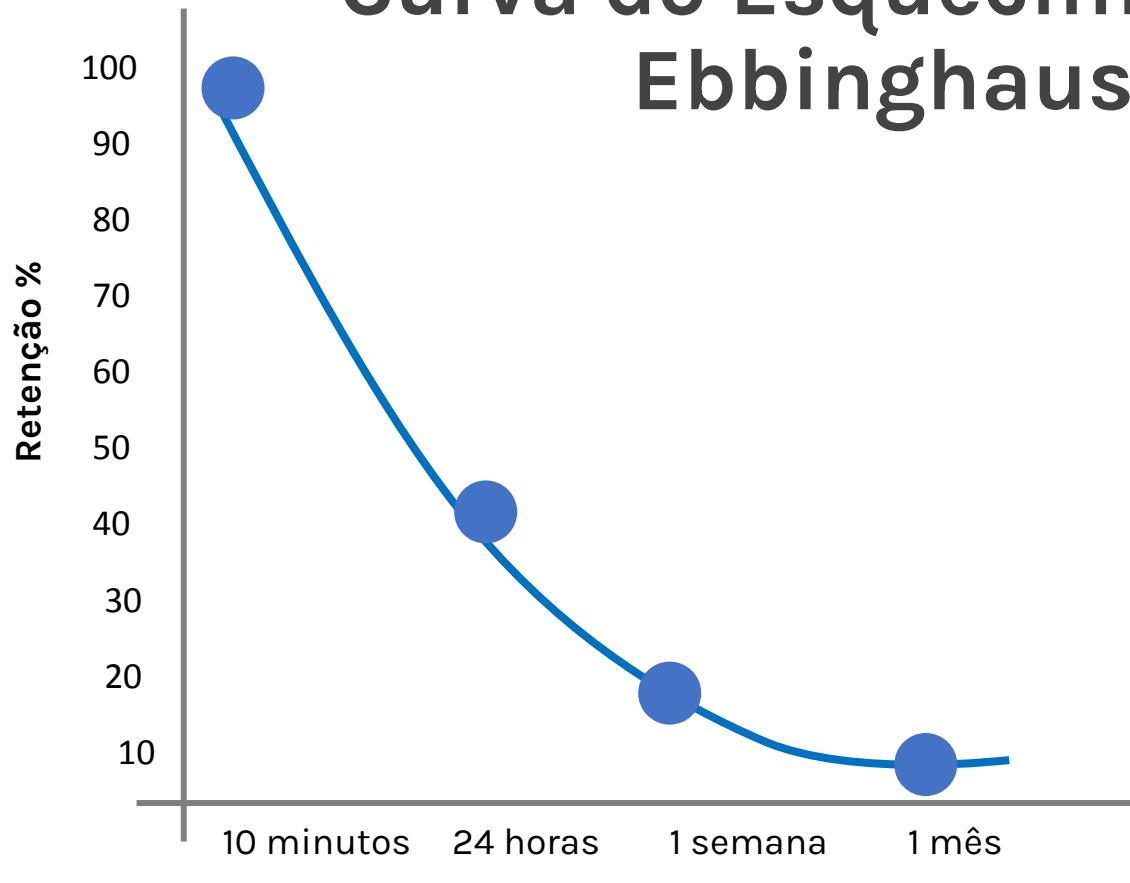




CRAMMING

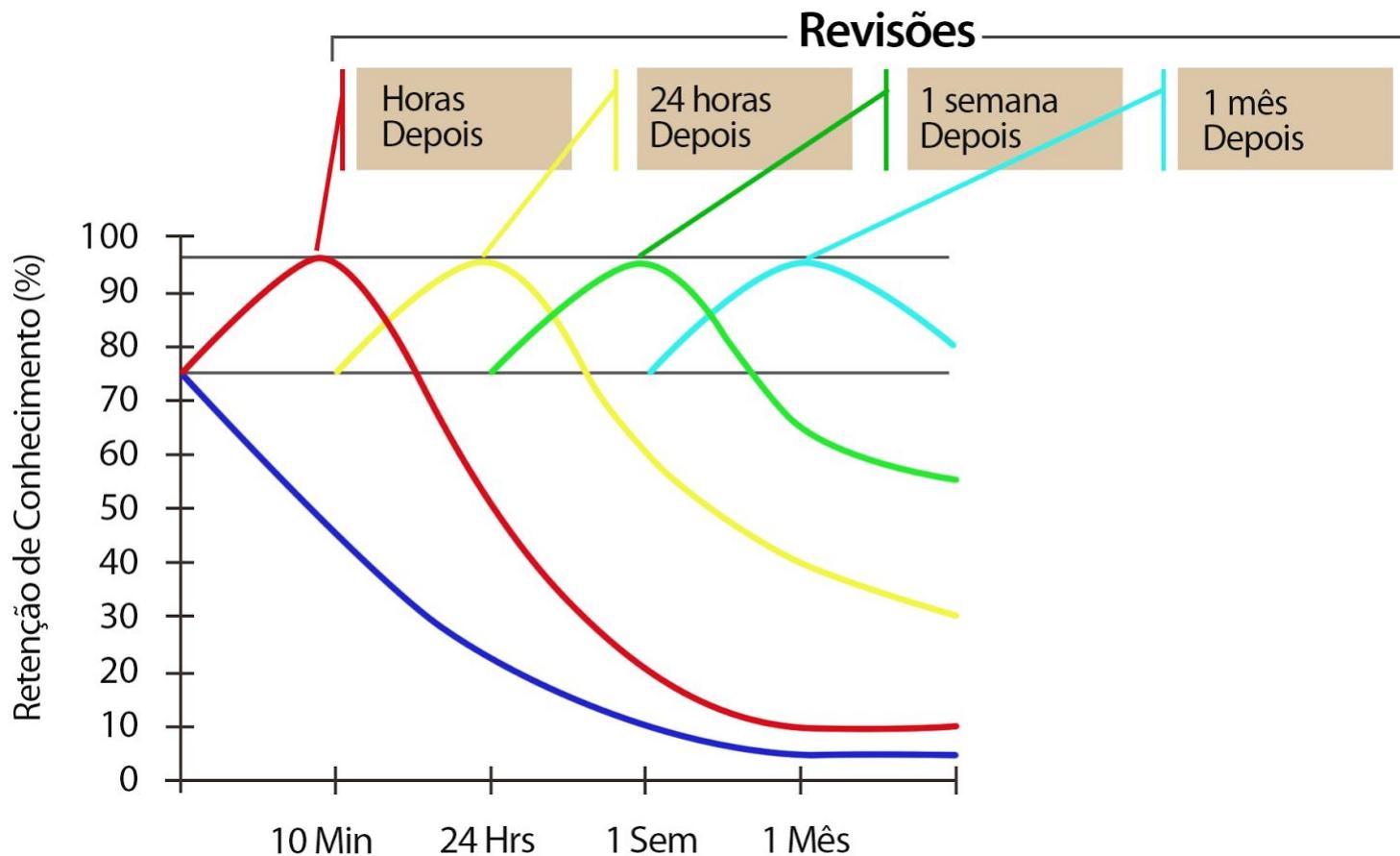


Curva do Esquecimento de Ebbinghaus:



PRÁTICA DISTRIBUÍDA





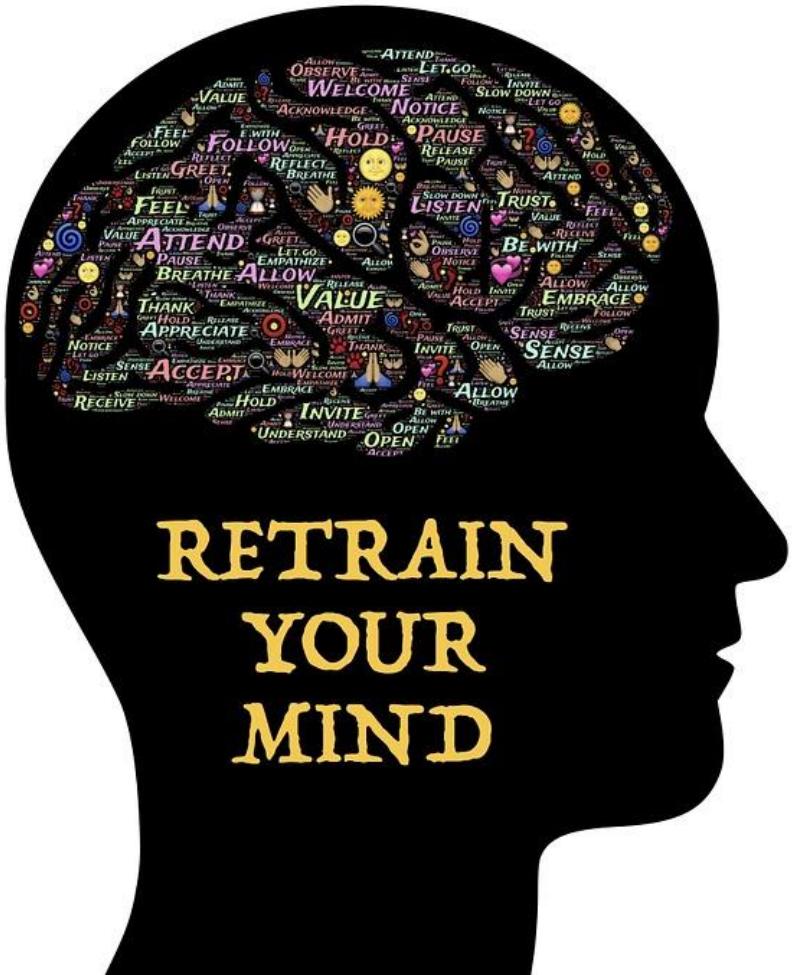
03

Desvendando o cérebro

Memória de longo prazo



Criando memórias de longo prazo



Disciplina!

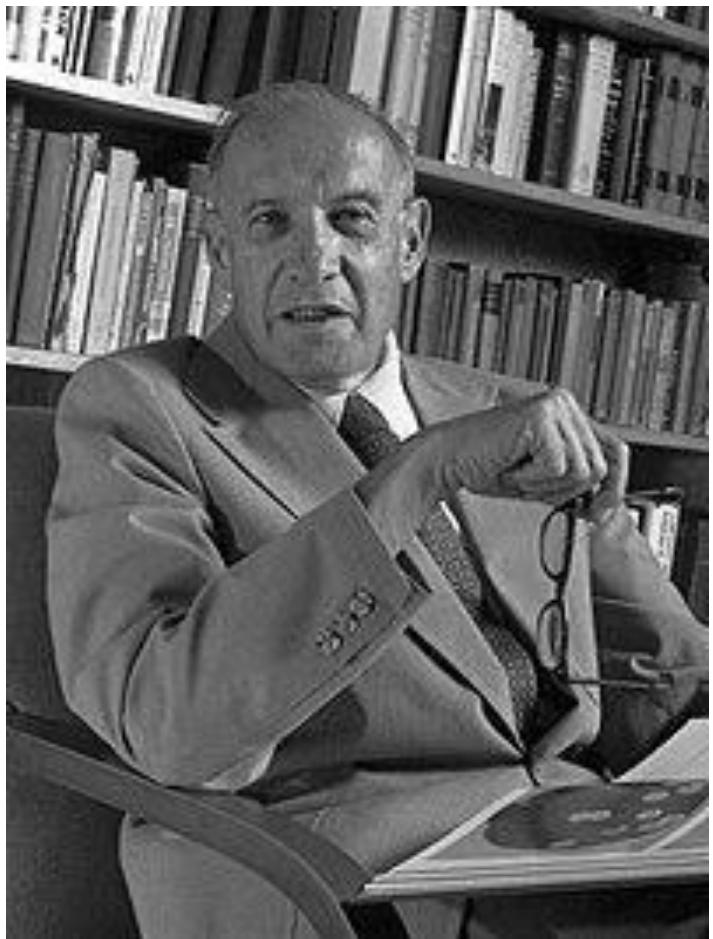
RETRAIN YOUR MIND

04

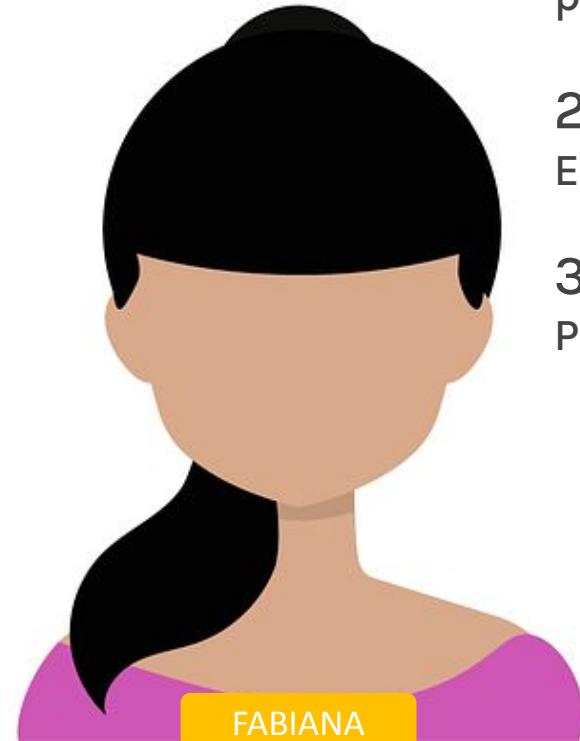
O poder das metas

Definindo a meta





“O que pode ser
medido, pode ser
melhorado”
Peter Drucker



1. POR QUE QUERO APRENDER?

Comer em casa com meus amigos receitas que adoro, feitas por mim.

2. ONDE VOU USAR?

Em um encontro mensal da galera.

3. QUANDO QUERO ESTAR PRONTO?

Primeiro prato daqui 30 dias.

1. POR QUE QUERO APRENDER?

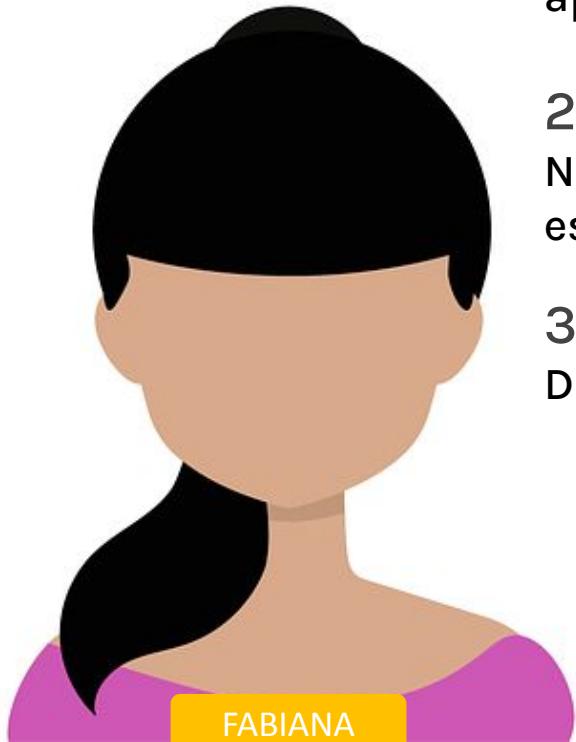
Quero estar preparada para uma promoção quando ela aparecer.

2. ONDE VOU USAR?

Na construção do projeto XPTO, mostrando que estou pronta.

3. QUANDO QUERO ESTAR PRONTO?

Daqui 60 dias, quando o projeto inicia.



FABIANA

04

O poder das metas

Método SMART
para aprendizagem

S M

Specific

Measurable

eSpecifica

Mensurável

A R T

Achievable

Atingível

Relevant

Relevante

T

Timely

Tempo

Determinado

S

eSpecifico

M

Mensurável

A

Atingível

R

Relevante

TTempo
Determinado

Ser capaz de reproduzir uma receita de nhoque a bolonhesa

Avaliação dos convidados:
- Sabor (0-10)
- Apresentação (0-10)

OK

Aniversário da Maria e a receita era da Avó dela

Em até 30 dias

S**e**specificá**M****M**ensurável**A****A**tingível**R****R**elevante**T****T**empo
Determinedo

Construir uma funcionalidade no Sistema XPTO na nova linguagem

Funcional e tem boa usabilidade:
Teste com usuário

OK
(verificar com colegas tempo que levaram para aprender e aplicar)

Fundamental para próximo passo de carreira

Em 60 dias

Curso de



Hábitos: da produtividade às metas pessoais

9.1
Nota desse curso

15.000
Alunos neste curso

Nível
Básico

Última atualização
20/12/2019

Carga horária
8h

INICIAR CURSO

PAUSAR

CONCLUIR

FAVORITAR

Aulas

Reconhecendo seus hábitos

Atividades Concluídas

57min 0/15

Hábitos-chave

41min 0/13

Dê adeus aos velhos hábitos

51min 0/15

Autodisciplina

36min 0/10

Produtividade

34min 0/14

FORMAÇÃO COM ESSE CURSO



Desenvolvimento Pessoal

INSTRUTOR



Priscila Stuani Durello



LinkedIn

Priscila é blogueira, graduada em Marketing e neuroeducadora. Já palestrou em eventos como TDC e encontros de Influenciadores Digitais. Foi presidente do projeto Implantando Marketing, onde liderou um time de 45 voluntários. Essas experiências

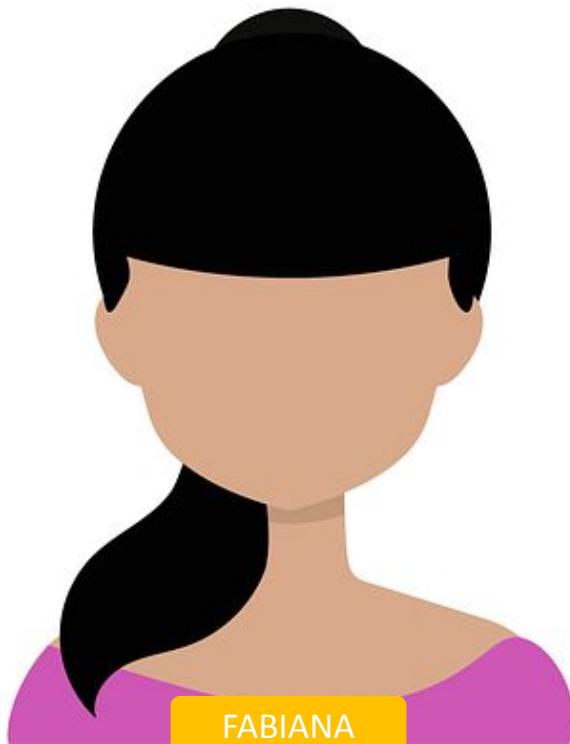
04

O poder das metas

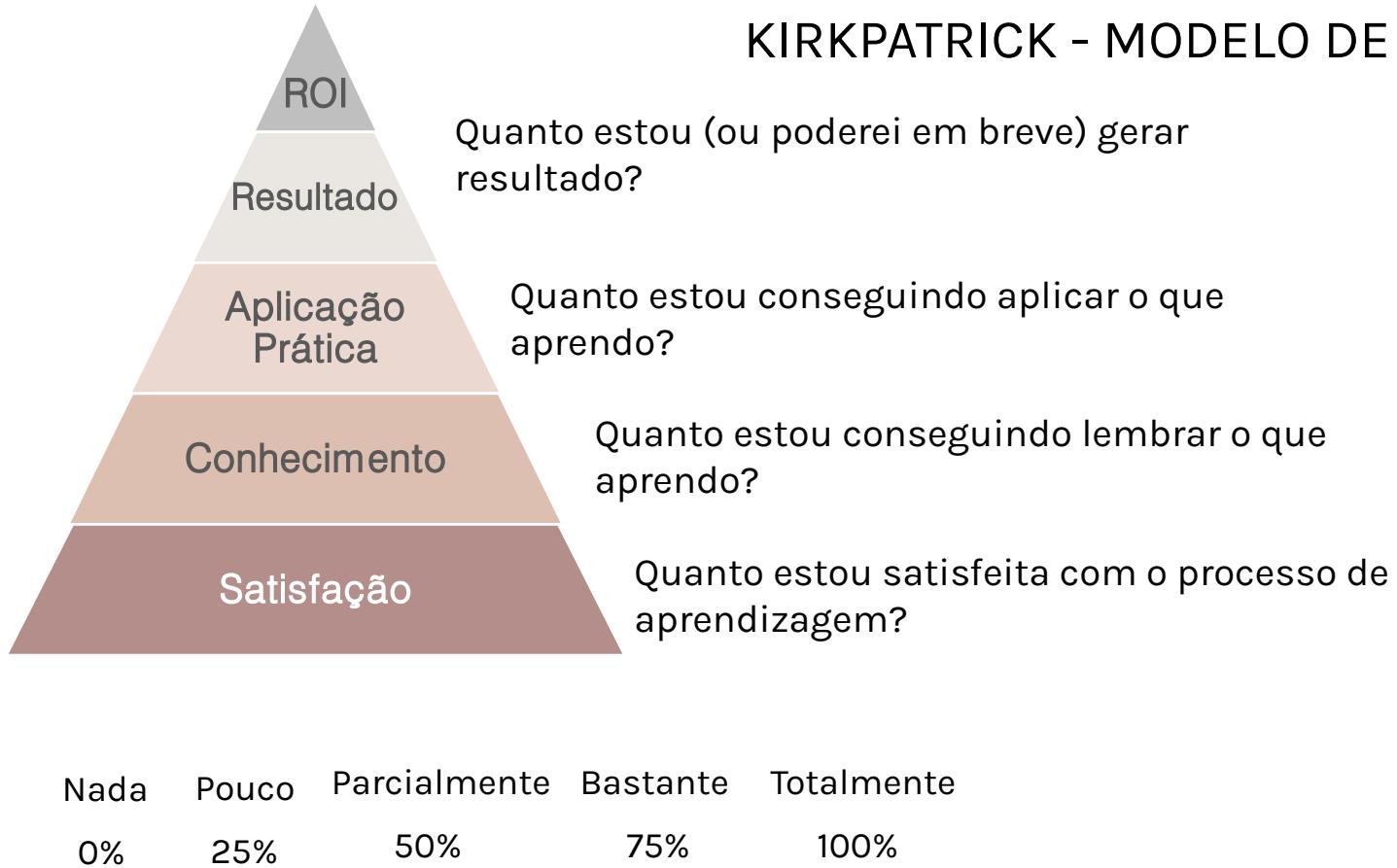
Níveis de mensuração

Construir uma funcionalidade no Sistema XPTO na nova linguagem

Funcional e tem boa usabilidade: Teste com usuário



Estou satisfeita com o processo de aprendizagem?
Estou conseguindo lembrar o que aprendo?
Estou conseguindo aplicar o que aprendo?
Estou (ou poderei em breve) gerar resultado?



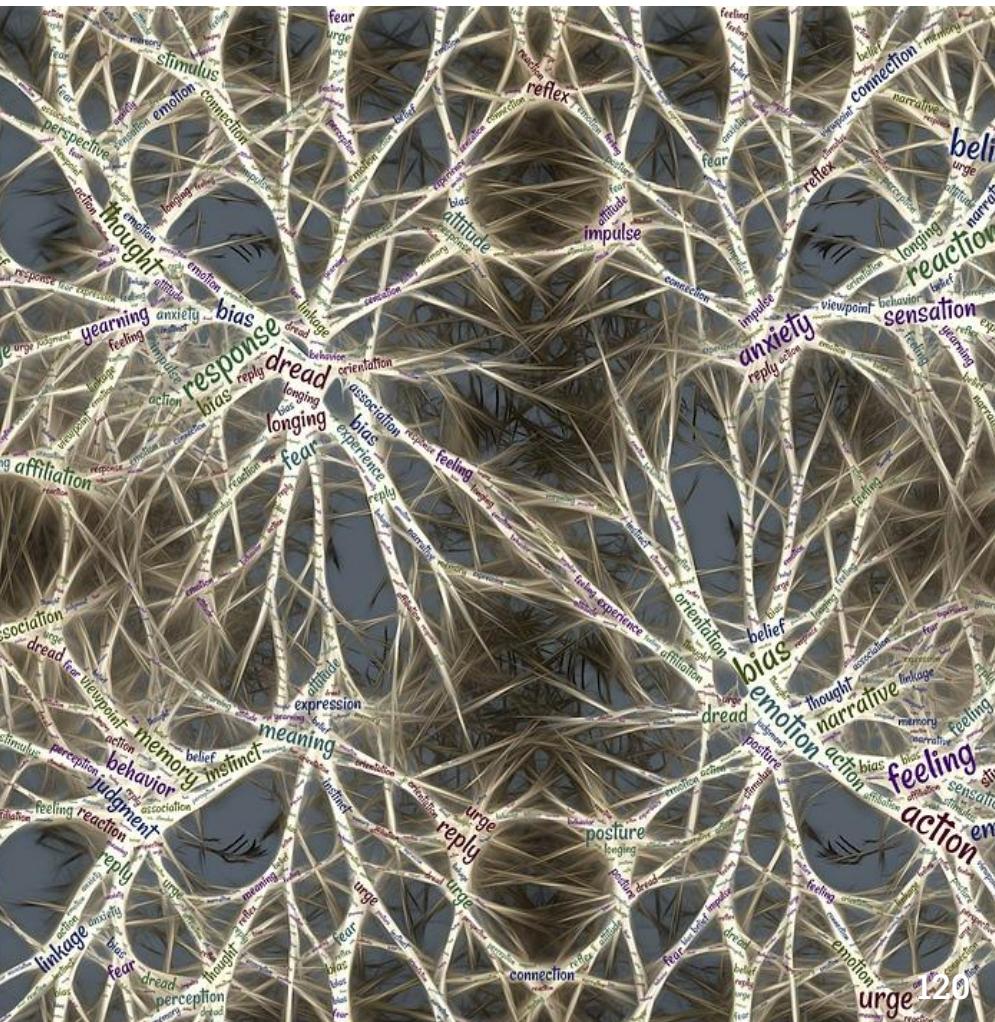
04

O poder das metas

Medindo a evolução

Chunks = Blocos

- Pequenos grupos de informação.
 - Informação com mesmo significado.
 - Uma macroideia.
 - Fácil de lembrar.
 - Mais facilmente absorvidos.



Desconstrua uma
habilidade em sub
habilidades,
pequenas partes a
serem aprendidas

Massa
Molho sugo
Molho bolonhesa
Gratinar



	Dia 1-10	Dia 11-20	Dia 21-30	Dia 31-40	Dia 41-50	Dia 51-60
Resultado						
Aplicação						
Conhecimento						
Satisfação						
Dedicação*						

↑
Balanço

↑
Balanço

↑
Balanço

↑
Balanço

Plano de AÇÃO

	Dia 1-10	Dia 11-20	Dia 21-30	Dia 31-40	Dia 41-50	Dia 51-60
Resultado	50%					
Aplicação	50%					
Conhecimento	60%					
Satisfação	80%					
Dedicação*	20h 100%					

↑
Balanço

↑
Balanço

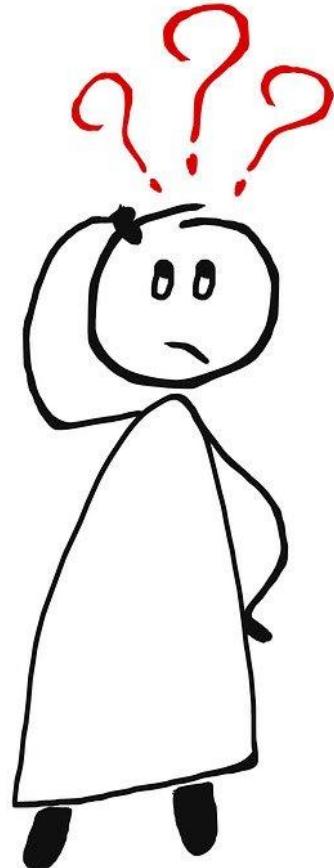
↑
Balanço

↑
Balanço

Plano de AÇÃO

Posso ter mais
de uma meta?

Mais de um
plano de
Estudos?

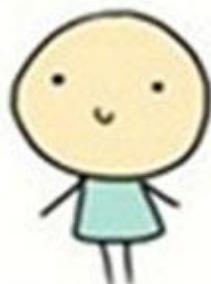


05

Rotina de aprendizagem

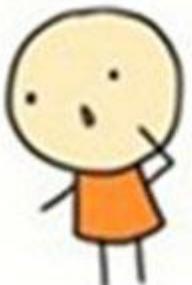
Rotina de aprendizagem

1. FALSA SEGURANÇA



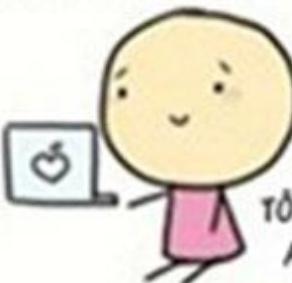
AH, TEM TANTO
TEMPO PRA
ENTREGAR

2. PREGUIÇA



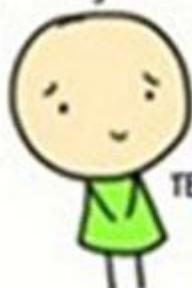
ACHÔ QUE VÔU
CÔMEÇARA
FAZER...

3. DESCULPAS



TÔ OCUPADO
AGORA...

4. NEGAÇÃO



AINDA DÁ
TEMPO DE FAZER

O CÉREBRO ESTÁ PROGRAMADO
PARA ECONOMIZAR ENERGIA.

REPETIR PADRÕES CONHECIDOS.



Curso de

Hábitos: da produtividade às metas pessoais

9.1
Nota desse curso

15.000
Alunos neste curso

Nível
Básico

Última atualização
20/12/2019

Carga horária
8h

INICIAR CURSO

PAUSAR

CONCLUIR

FAVORITAR

Aulas

Reconhecendo seus hábitos

Atividades Concluídas

57min 0/15

Hábitos-chave

41min 0/13

Dê adeus aos velhos hábitos

51min 0/15

Autodisciplina

36min 0/10

Produtividade

34min 0/14

FORMAÇÃO COM ESSE CURSO



Desenvolvimento Pessoal

INSTRUTOR



Priscila Stuani Durello

[LinkedIn](#)

Priscila é blogueira, graduada em Marketing e neuroeducadora. Já palestrou em eventos como TDC e encontros de Influenciadores Digitais. Foi presidente do projeto Implantando Marketing, onde liderou um time de 45 voluntários. Essas experiências

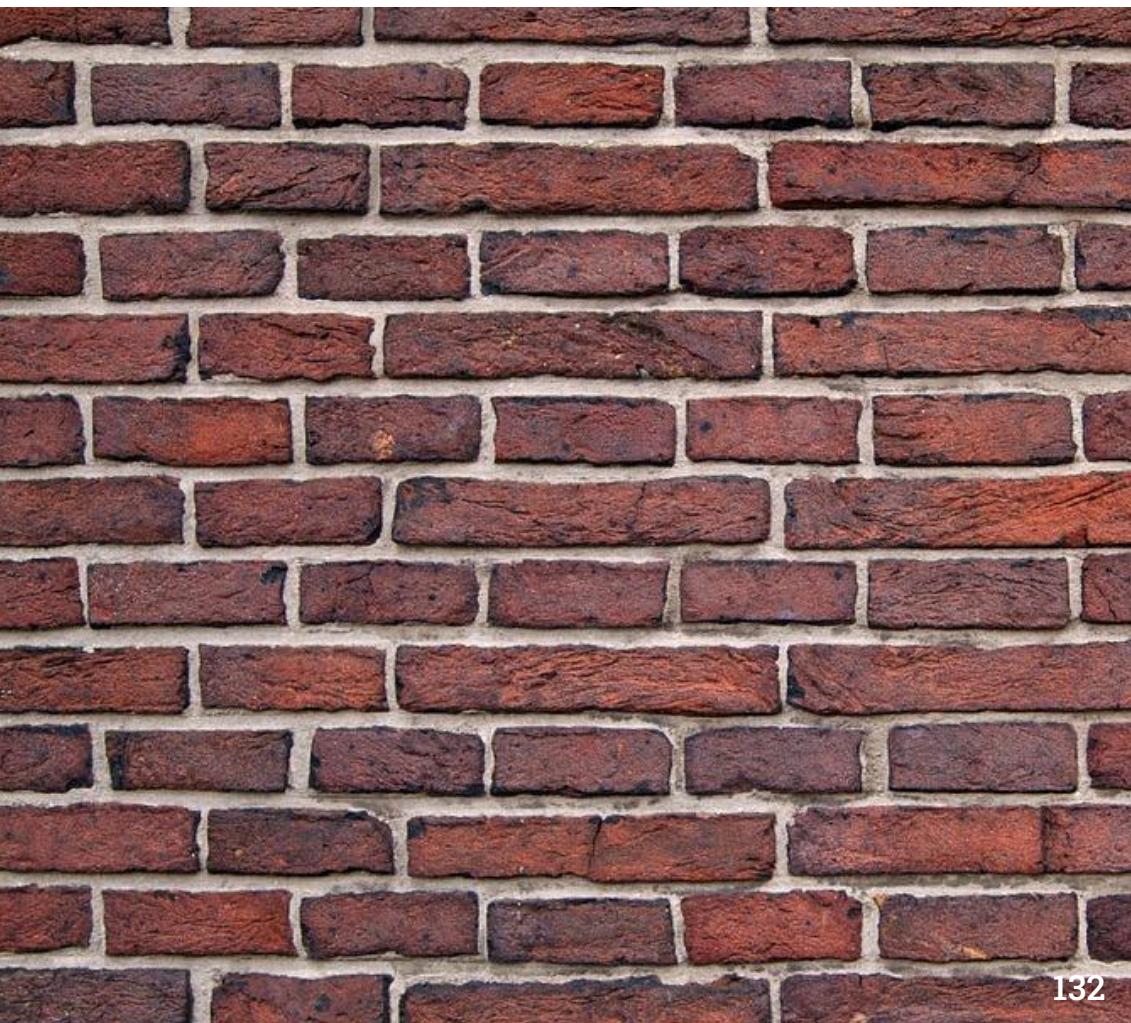


Disciplina e Consistência

- Falta de tempo priorização;
- Internet;
- Outras tarefas que vem a mente;
- Não organizar;
- Pessoas que te procuram;
- Medo de mudança.

5 Etapas do Aprendizado efetivo:

1. METAS CLARAS;
2. PROCESSO DE APRENDIZADO;
3. HÁBITOS;
4. RALOS DE ATENÇÃO;
5. EXERCITE ALÉM DO CÉREBRO.

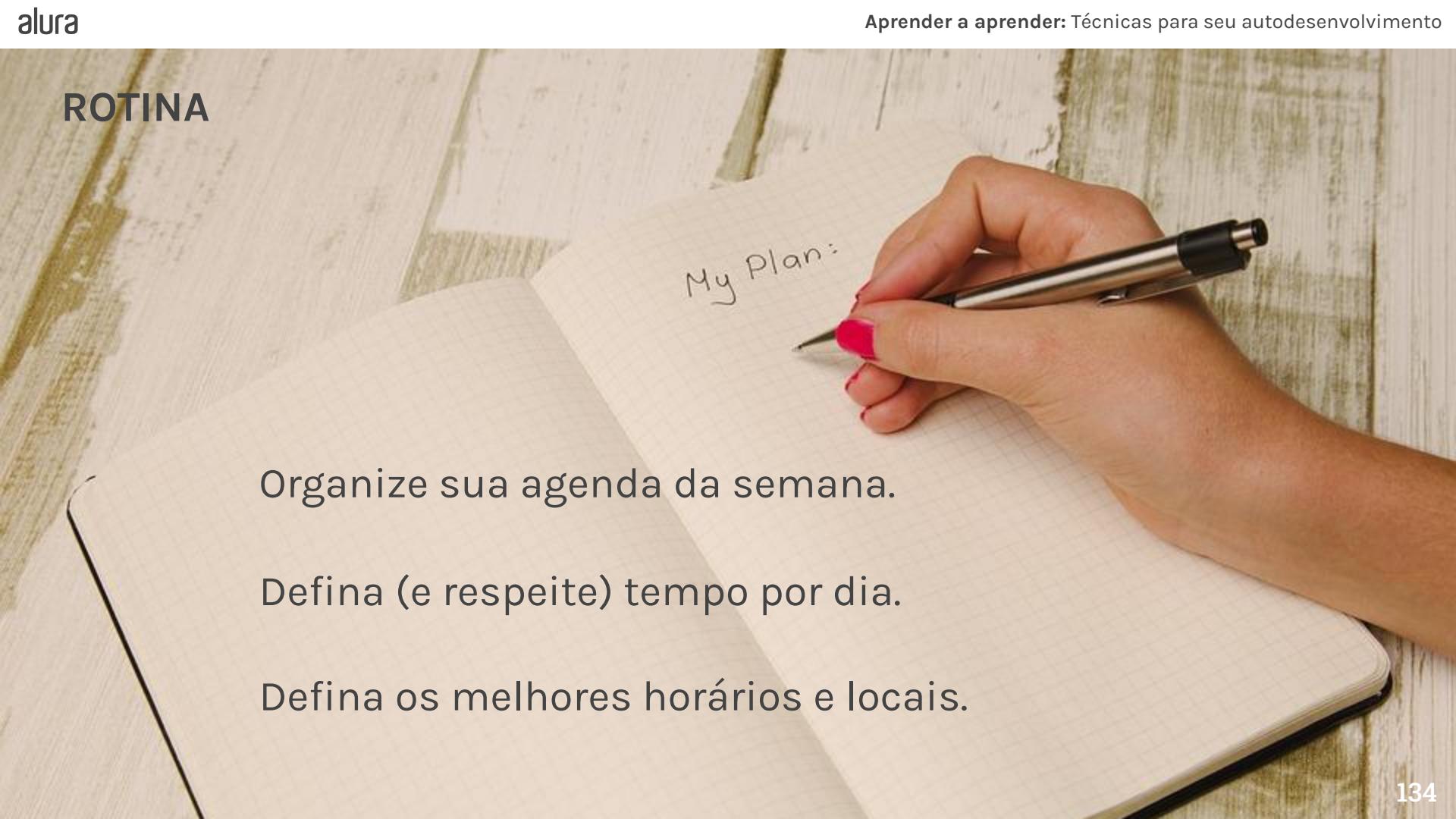


05

Rotina de aprendizagem

Gestão do tempo e espaço

ROTI NA

A photograph showing a close-up of a person's hand with pink-painted fingernails holding a silver pen. The hand is writing the words "My Plan:" in a cursive script on a white, lined notebook page. The notebook is open, and the background shows a wooden surface.

My Plan:

Organize sua agenda da semana.

Defina (e respeite) tempo por dia.

Defina os melhores horários e locais.

ESPAÇO



ESPAÇO



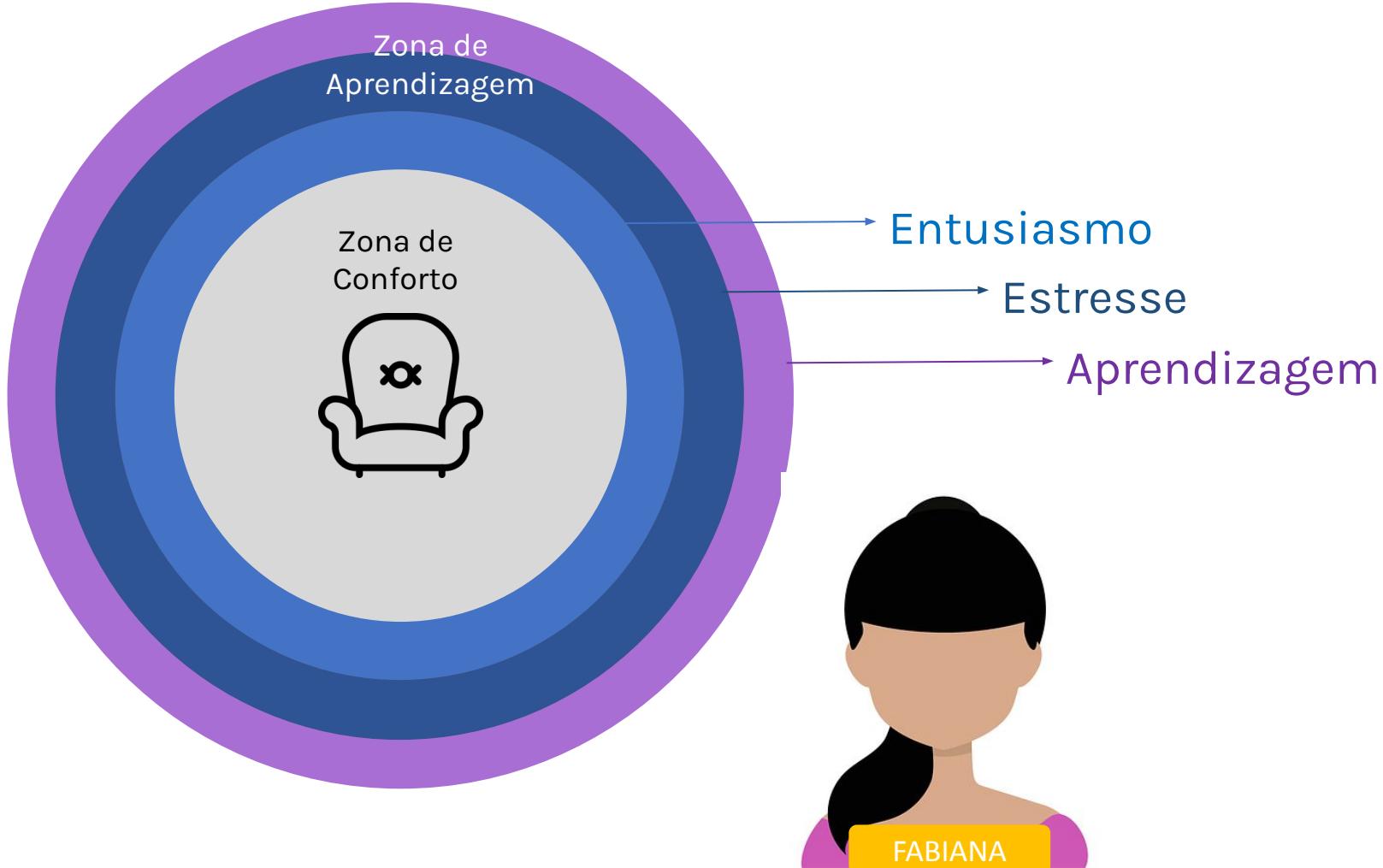


RALOS DE ATENÇÃO

Sem redes sociais, WhatsApp e interrupções.

Pomodoro.

20 minutos atenção total.



- Feedback
- Mentor
- Networking
- Teoria + Prática
- Formatos variados
- Fontes diversas

20 horas semanais



Podcasts e vídeos: 5 horas

Trânsito

Grupo de Estudo: 2 horas

Faculdade

Prática individual: 8 horas

Casa

Leitura: 3 horas

Almoço

Evento ou Mentor: 2 horas

A definir

05

Rotina de aprendizagem

Exercite corpo e mente

EXERCITE ALÉM DO CÉREBRO



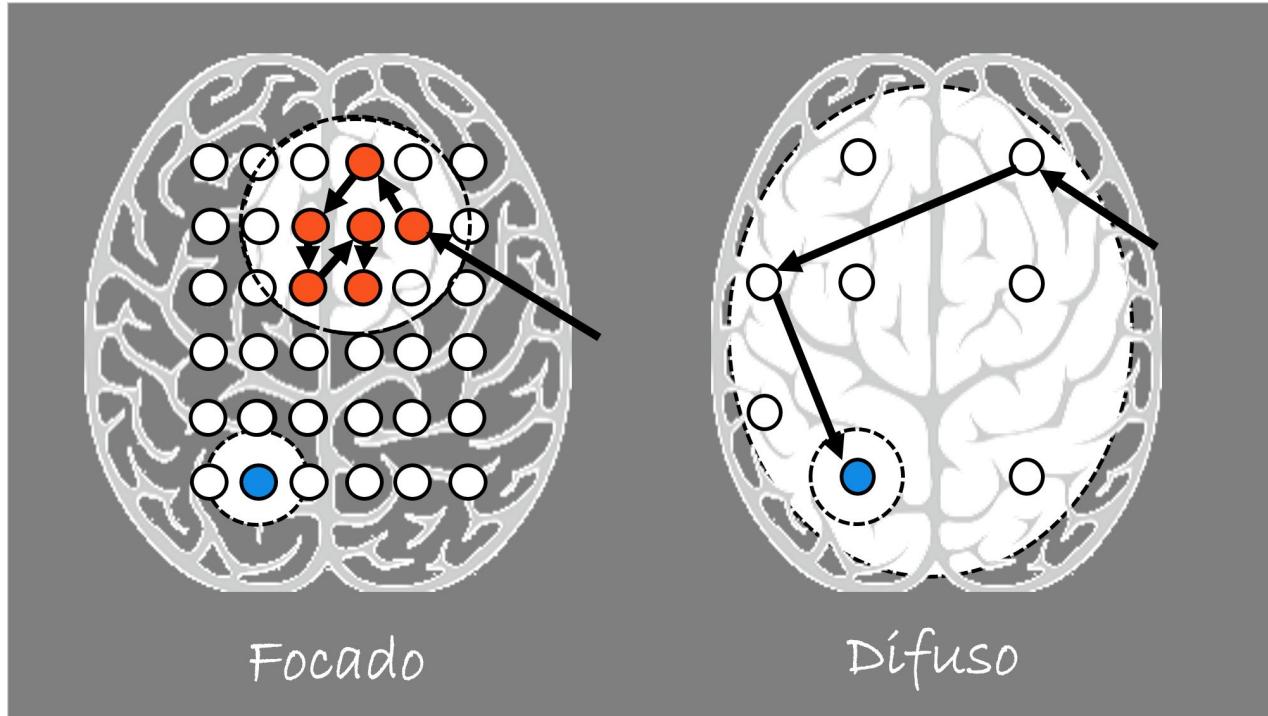
“Os pesquisadores da Universidade de Saúde e Ciência de Oregon (OHSU), dos Estados Unidos, descobriram que fazer uma atividade física (mesmo que de curta duração) auxilia as conexões entre neurônios do hipocampo, região cerebral associada ao aprendizado e à memória.”

FONTE: [Revista Galileu](#)

DURMA!



Dormir cria novos caminhos e melhora o modo difuso.



05

Rotina de aprendizagem

Ferramentas

The screenshot shows the Google Alerts interface. At the top left is the "Google Alerts" logo. The main title "Alertas" is displayed in large white text on a blue header bar, followed by the subtitle "Monitorar a Web para ver conteúdo novo e interessante". Below this is a search bar with the placeholder "Criar um alerta sobre...". The main content area is titled "Meus alertas (2)" and lists two items: "EdTech" and "vendas consultivas", each with edit and delete icons.

Alerta	Ação
EdTech	Editar Excluir
vendas consultivas	Editar Excluir



A screenshot of the LinkedIn homepage interface. On the left is a vertical sidebar with a blue header bar containing the LinkedIn logo. Below the sidebar are four main navigation links: "Pesquisar" (Search), "Pessoas" (People), "Vagas" (Jobs), and "Conteúdo" (Content). The main content area features a dark blue header bar with a search bar and a magnifying glass icon. To the right of the sidebar, there are two large text blocks: "Consuma conteúdo de qualidade." and "Siga influenciadores, empresas, pessoas que admira e temas pelas #.". At the bottom of the sidebar, there is a "Mais..." button.

Consuma conteúdo de qualidade.

Siga influenciadores, empresas, pessoas que admira e temas pelas #.

Você só vai gerar insights se tiver uma base boa.

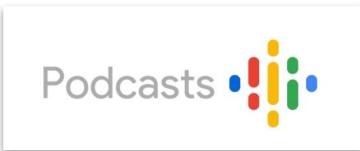
<https://www.resumocast.com.br/blog/>

<https://www.likeaboss.com.br/>

<https://soundcloud.com/casts-for-closers>

<https://jovemnerd.com.br/>

<https://experience.hsm.com.br/posts?type=podcast>



The screenshot shows the Pocket app's user interface. At the top, there is a large logo for 'pocket' with a red heart icon. Below the logo, the navigation bar includes 'pocket' (with a red heart icon), 'Página Inicial' (highlighted in green), and 'Recomendado'. On the left side, a sidebar menu lists 'Minha Lista', 'Favoritos', 'Arquivo', a separator line, 'Artigos', 'Vídeos', 'Imagens', and 'Tags >'. The main content area is titled 'Minha Lista' and displays two articles. The first article is titled 'How the Next Generation of Business Owners Are Redefining HR' and has a snippet: 'When I went on a cross-country road trip earlier this year to meet customers and other small businesses, I learned that no matter what industry they're in, small business owners care deeply about their people.' It includes a 'linkedin.com' link at the bottom. The second article is titled '11 Técnicas de Vendas para Fechar mais Oportunidades' and features an image of two women looking at a tablet together. It includes a 'salesforce.com' link at the bottom.

pocket

Página Inicial Recomendado

Minha Lista

Favoritos

Arquivo

Artigos

Vídeos

Imagens

Tags >

Minha Lista

How the Next Generation of Business Owners Are Redefining HR

When I went on a cross-country road trip earlier this year to meet customers and other small businesses, I learned that no matter what industry they're in, small business owners care deeply about their people.

[linkedin.com](#)

11 Técnicas de Vendas para Fechar mais Oportunidades



[salesforce.com](#)



Pinterest

← → C ⓘ https://br.pinterest.com/search/pins/?q=business%20infographic&rs=typed&term_meta[]=%7Ctyped&term_meta[]=%7Ctyped&term_meta[]=%7Ctyped

Todos os Pins Página inicial Segundo Suzana 9 9+ ...



Evernote

The screenshot shows the Evernote mobile web interface. At the top, the URL is https://www.evernote.com/client/web#?anb=true&b=660b981d-a23b-4b9a-9db3-d97b349a7e3b&n=7d52cbd2-a725-43f4-89cb-520830bac7bd&s=s370&. The left sidebar has a dark theme with icons for 'Nova Nota', 'Atalhos', 'Adicione seu primeiro atalho', 'Todas as Notas', 'Cadernos', 'Compartilhado Comigo', 'Etiquetas', 'Lixeira', and 'Upgrade'. The main content area shows a note titled 'Marketing Performance' with a subtitle 'Lista Estudo Semana 1'. The note contains a checklist with the following items:

- Conceito Marketing Performance
- Métricas Mais utilizadas
- Artigos
- Infográficos compartilháveis
- Entrar em grupos de discussão [LinkedIn](#)
- Seguir 3 influenciadores

The top right corner shows a sharing button labeled 'Compartilhar'.

Mapa Mental





Resumos



05

Rotina de aprendizagem

Conclusão

- ✓ Autoconhecimento.
- ✓ Estilos e caminhos de aprendizagem.
- ✓ Lifelong learning.
- ✓ Neurociência e o poder do cérebro.
- ✓ Técnicas para aprender de verdade.
- ✓ Definir e acompanhar metas de aprendizagem.
- ✓ Disciplina e constância x procrastinação.
- ✓ Rotinas de aprendizagem produtivas.
- ✓ Ferramentas para aprender melhor.



Obrigada!

