

Manual da Primeira Virada

Manual da Primeira Virada: Como Quebrar o Ciclo da Autossabotagem e Agir Mesmo Sem Estar Pronto

Por Diogo Costa Santos www.diogocostadev.com

Introducao: Por que eu escrevi esse material

Se voce me acompanha pelas redes, sabe que eu sempre fui direto ao ponto quando o assunto e codigo, negocios e resultado.

Mas tem uma coisa que nunca ensinam nos cursos de programacao ou nos livros de empreendedorismo: como vencer as proprias armadilhas mentais.

Esse PDF e a resposta que eu mesmo precisei dar pra mim. E agora eu to colocando isso nas suas maos.

Parte 1: As 5 Armadilhas Mentais Que Te Fazem Travar

1. A Ilusao do Momento Perfeito

Eu sempre achei que precisava ter o cenario perfeito pra começar Mas descobri que o momento perfeito nunca vem.

2. Comparacao Toxica

Enquanto eu olhava o sucesso dos outros, parava de construir o meu proprio.

3. Medo de Criticas

Manual da Primeira Virada

A voz na cabeça dizendo: 'E se ninguém gostar?' Me parou mais vezes do que eu gostaria de admitir.

4. Paralisia por Análise

Planejando, planejando e nada de agir.

5. A Autossabotagem Invisível

Aquele hábito de começar e largar. No fundo, eu mesmo criava os obstáculos.

Parte 2: O Exercício da Primeira Virada

Passo 1: Respiração de Centralização

Inspira por 4 segundos - Segura por 4 - Solta em 4 - Faz isso por 1 minuto.

Passo 2: Reprogramação Verbal

"Eu não preciso estar pronto. Eu preciso começar. O resto eu ajusto no caminho."

Passo 3: Microação Imediata

- Escreva agora o nome de um projeto que você vem adiando.
- Escolha uma ação de 5 minutos que você pode fazer hoje.
- Faz agora.

Parte 3: Conclusão

O que você leu aqui pode parecer simples e é justamente por isso que funciona.

Manual da Primeira Virada

Eu já perdi muito tempo esperando o momento perfeito. Agora é sua vez de agir, com o que tem, do jeito que da.

Mensagem Extra: Minha Voz, Sem Filtros

Antes de finalizar esse material Eu gravei um audio exclusivo, falando direto com voce sobre o que vivi com esses bloqueios e como eu dei minha primeira virada de verdade.

- Clique aqui para ouvir o audio: [SEU LINK AQUI]

CTA Final: Proximo Passo

Quer receber mais materiais como esse?

- Entre na minha lista: www.seusite.com/desbloqueio