

**Meu Plano de Ação**

|  |
| --- |
| *Em qual habilidade você está focando hoje? Por que essa habilidade te interessa?*  *Paciência, sou um cara muito ansioso preciso focar na paciência.* |
| *Que recursos você usará para aprender essa habilidade?*  *Foco, meditação, olha pro futuro e fala que vai dar certo* |
| *Como você praticará a habilidade e o que você fará para implementar sua aprendizagem?*  *Fazendo meditação, exercícios e ir praticando os exercícios de logica no meu tempo.* |