

WORKBOOK

MÉTODO 1%

FOCO, PRODUTIVIDADE E RESULTADOS

AULA#00

INTRODUÇÃO



JORGE COUTINHO

As pessoas de maior sucesso são aquelas que traçam objetivos e assumem um compromisso para os cumprir, independentemente de qualquer situação externa.

O objetivo deste curso é mudar algo em ti. E quando mudares algo em ti, algo que está fora de ti passa a ser diferente. E por isso te desafio a voltar a fazer este Curso daqui a 90 dias, porque aquilo que irás reter será diferente daquilo que vais reter agora.

Vamos entender a diferença entre **meta**, **objetivo** e **resultado**.

“Quando mudas a forma de olhar para as coisas, as coisas mudam de forma.”

Os sonhos ou “sonhar alto” não é para todos. É para quem, então?

É para os:

Comprometidos

Dispostos a fazer a sua parte

Que desempenham além da média

Têm um espírito de sacrifício

NOTAS

Regras para este curso:

- 1 - Garante que estás num sítio com alguma privacidade.
- 2 - Material: caneta, água e snacks saudáveis.

O curso é 1% da solução para atingires os teus objetivos, aquilo que tu vais fazer com ele é 99%.

NOTAS



JORGECOUTINHO

instagram jorgecoutinho13 • **facebook** CoachJorgeCoutinho

linkedin jorgecoutinho • **youtube** Jorge Coutinho

CONTACTOS

e-mail: info@becoach.pt