

INVENTÁRIO DE CRENÇAS

“Nada tem mais poder sobre mim do que aquele que eu atribuo aos meus pensamentos conscientes.”
Anthony Robbins

1) Para cada afirmação abaixo dê uma nota de 1 à 10 o quanto cada uma é verdadeira para você, sendo 10 ou próximo a 10 muito parecido com você e 1 ou muito próximo de 1 não parece com você.

1. () Eu não consigo me organizar.
2. () Só produzo sob pressão.
3. () Não mereço ter sucesso.
4. () Tudo que consigo na vida é com muito esforço.
5. () Nada vem fácil.
6. () Só terei sucesso profissional quando realmente for um bom profissional.
7. () Se eu crescer em minha carreira vou me afastar da realidade da minha família.
8. () Preciso ter sucesso profissional para dar o melhor a minha família.
9. () É melhor fazer do que depender dos outros para fazerem.
10. () Sou melhor quando faço sozinho.
11. () Se eu for uma boa pessoa no ambiente profissional serei reconhecido.
12. () Eu não tenho foco.
13. () Para que deixar para amanhã aquilo que eu posso fazer hoje.
14. () Se eu não fizer um bom trabalho serei mandado embora.
15. () Preciso estar sempre ocupado para mostrar que sou um bom profissional.
16. () A correria é fundamental para um bom dia de trabalho.
17. () Não adianta fazer um bom planejamento, eu nunca consigo cumprir o que planejo
18. () Eu não tenho disciplina.
19. () Eu não tenho tempo para dar feedback as pessoas.
20. () As pessoas deveriam aprender sozinhas.
21. () Pessoas que perguntam demais, me incomodam.
22. () Não tenho tempo para treinar as pessoas.
23. () Sou melhor quando faço sozinho.
24. () Pau que nasce torto, morre torto.

INVENTÁRIO DE CRENÇAS

“Nada tem mais poder sobre mim do que aquele que eu atribuo aos meus pensamentos conscientes.”
Anthony Robbins

25. (____) Não sou capaz de ser um bom gestor.
26. (____) Se eu for uma boa pessoa, meus liderados irão gostar de mim.
27. (____) Eu não mereço ser gestor.
28. (____) Eu não sou capaz de gerir uma equipe com mais de 100 pessoas.
29. (____) Sinto que não faço parte daqui.
30. (____) Eu tenho que motivar minha equipe
31. (____) Eu tenho que fazer minha equipe feliz.
32. (____) Se eu não estiver presente minha equipe não faz.
33. (____) Os resultados em minha área dependem somente de mim.
34. (____) É difícil desenvolver pessoas.
35. (____) Se eu desenvolver minha equipe, alguém poderá tomar o meu lugar.
36. (____) Nunca sei o suficiente.
37. (____) Não sou reconhecido financeiramente.

ANÁLISE DAS CRENÇAS

Escolha um desses pensamentos, que estão afetando negativamente seus resultados.

Por que você acredita que esse pensamento é verdadeiro?

Como você sabe que está certo?

INVENTÁRIO DE CRENÇAS

“Nada tem mais poder sobre mim do que aquele que eu atribuo aos meus pensamentos conscientes.”
Anthony Robbins

Se você estiver errado, quais são as outras possibilidades?

De que modo esse pensamento ajuda você?

De que modo essa crença limita você?

ESTABELECEER NOVAS CRENÇAS

Escreva algo positivo que você acredita

Escreva algo em que você costumava acreditar e que hoje você não acredita mais.

O que mudou em sua vida depois que deixou acreditar?

INVENTÁRIO DE CRENÇAS

“Nada tem mais poder sobre mim do que aquele que eu atribuo aos meus pensamentos conscientes.”
Anthony Robbins

Pensando assim, qual a nova crença que você gostaria de ter a partir de agora, e que lhe trará mais resultados em sua vida?

O que você irá fazer para colocá-la em ação?
