

Danielle Custódio

***EU
ME
CONHEÇO?***



Eu me conheço?

Introdução

Olá meninas esse é meu mais novo trabalho em E-book e ele foi exclusivamente elaborado com muito carinho para ajudar você mulher.

Desejo de todo coração que você o curta aproveitando o máximo e que o mesmo seja ferramenta de bênçãos para sua vida e lhe ajude a encontrar, obter e extrair o máximo de você.

Se você desejar envie um E mail para daniellecustodiooficial@gmail.com e me conte sobre sua experiência, aprendizado, depoimento, testemunho ou apenas deixe seu recadinho ou sugestão.

Prometo responder a todas, então não perca tempo e divulgue o meu site www.ministeriodaniellecustodio.com.br para o máximo de mulheres que você puder para que elas também possam ser abençoadas assim como você!

Abraços

Pra Danielle Custódio



Danielle Custódio

Eu me conheço?

“Eu me conheço?” nasceu com o intuito de oferecer essa ferramenta de autoajuda através de perguntas que servirão como atividades terapêuticas que dará a cada mulher a oportunidade de se conhecer, descobrir e se auto avaliar com o objetivo de ajudar a descobrir o melhor de si.

Não existem respostas certas ou erradas, mas que em cada pergunta você possa refletir e encontrar um ponto de partida para suas realizações.

Vamos começar meninas, espero que gostem!

Procurem ser mais sinceras e verdadeiras possíveis e aproveitem o máximo para escrever e colocar para fora tudo aquilo do que deseja se livrar.

Pratiquem a escrita terapêutica e sucesso!

Dica:

Reserve um caderno ou um diário, e responda todas as perguntas e não deixe de fazer suas anotações.

Eu me conheço?

1) Meu nome é?

2) Qual o significado do meu nome?

3) Minha idade?

Eu me conheço?

4. Quais foram minhas conquistas até aqui?

5. Tenho alguma realização?

6. Quais atividades gosto de fazer?

7. Você faz uma coisa de cada vez?

Eu me conheço?

8. O que dá contentamento, satisfação ou prazer?

9. Você pensa e se preocupa com o amanhã?

10. Você é do tipo que vive no passado e revive momentos e lembranças já passadas?

11. Você sabe dizer não?

Eu me conheço?

12. Você é do tipo que procura ser o que outros deseja que seja?

13. Gostaria de ser diferente?

14 Em quais áreas?

15. Você se aceita como é, ou procura mudar para ser sua melhor versão?

16. Você prefere qualidade ou quantidade?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

17. O que você começa, você conclui?

18. Você é do tipo que faz tempestade em copo d água?

19. Você negligencia o bem ao próximo?

20. Você adia coisas em sua vida ou seja, para você?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

21. Você prioriza os outros e esquece-se de você?

22. O que deveria fazer para mudar isso?

23. Você se considera organizada ou desorganizada?

24. O que poderia mudar para ser melhor nesta área?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

25. Você se sente sobrecarregada?

26. O que pode fazer para obter melhorias?

27. Você é consumista? Compra sem necessidade, apenas por vício ou para satisfação pessoal?

28. Você sabe quais são suas necessidades pessoais?

Eu me conheço?

29. Você tem tempo para você?

30. Você investe em você?

31. Você escolhe suas batalhas?

32. Você perdoa?

33. Você tem misericórdia com outros ou não?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

34. Você julga ou critica pessoas? Vê falhas em tudo e todos, menos em você?

35. Você tem medo?

36. De quê?

37. Você age por emoção ou pela razão?

Eu me conheço?

38. Você sabe lidar com seus conflitos internos?

39. Na maioria das vezes, você se considera pessimista ou otimista?

40. Você se considera positiva ou negativa?

41. Você gosta de perfeição ou de qualquer jeito está bom? O que importa é fazer.

Eu me conheço?

42. Minha maior preocupação é?

43. Tenho amigos (a) ou colegas?

44. Me considero eficiente ou despreparada?

45. O que devo fazer para ser melhor na área?

Eu me conheço?

46. Sei agradecer, ou na maioria das vezes sou ingrata?

47. Sei reconhecer e admito quando erro ou falho?

48. Sei administrar meu tempo?

49. Sei administrar minhas finanças?

50. Sou econômica e poupo dinheiro?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

51. Meu sonho?

52. Meus objetivos são:

53. Minha meta para este ano é?

54. Me considero responsável ou falho em determinadas áreas?

55. Como posso melhorar?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

56. Assumo meus compromissos?

57. Sou verdadeira e transparente?

58. Tenho palavras?

59. Dou bom testemunho?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

60. Sou digna de confiança?

61. Em minha avaliação pessoal de 0 a 10 digo que meu caráter tem a nota?

62. Tenho o hábito de mentir ou omitir as vezes?

63. Confesso a Deus minhas falhas ou pecados ocultos?

64. Tenho o hábito de orar ou só quando necessito?

Eu me conheço?

65. Confio mesmo em Deus?

66. Sou do tipo que quero mudar as pessoas?

67. Sei esperar em Deus ou prefiro agir?

68. Tenho domínio próprio ou sou explosiva e impaciente?

69. Sei controlar meus pensamentos?

Eu me conheço?

70.Me considero uma pessoa fácil ou difícil de conviver?

71.Sou do tipo que acumulo minhas atividades e afazeres e deixo para depois?

72.Planejo com antecedência?

73. Cuido de mim, ou essa área necessita da minha atenção?

74.Como posso melhorar nesta área?

75. Sempre controlo e domino ou sou mansa?

Eu me conheço?

76. Na maioria das vezes sei me adaptar ou tenho dificuldades?

77.Me considero flexível?

78. Sei demonstrar meus sentimentos em ações?

79. Sou do tipo que tento modificar aquilo que não posso?

80.Sou franca?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

81. Crio expectativas?

82. Na maioria das vezes progrido ou regrido?

83. Me sinto sugada ou esgotada nas seguintes áreas?

84. Me sinto só?

85. Tenho uma consciência limpa?

Eu me conheço?

86. Sei controlar minha língua? Ou na maioria das vezes falo sem pensar?

87. Sinto que preciso melhorar, o que devo fazer?

88. O que penso sobre a vingança, ciúme e inveja? Descreva e explique

89. Sei ser generosa?

90. Me considero sábia?

Eu me conheço?

91. Sou do tipo que me distraio facilmente?

92. Sou do tipo que me ofendo facilmente?

93. Cobro-me muito ou exijo muito de mim?

94. Na maioria de vezes me considero dura demais comigo mesma?

95. Como posso me tornar melhor?

Eu me conheço?

96. Sou do tipo que aceito mudanças?

97. Na maioria das vezes estou pronta para recomeçar ou isso me assusta?

98. Na maioria das vezes me sinto desanimada, sem forças?

99. Considero-me uma mulher fiel?

100. Sou do tipo que me examino e faço avaliações pessoais sobre minhas atitudes e outros?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

101. Na maioria das vezes sinto paz ?

102.O que diria sobre mim, sou humilde?

103. Na maioria das vezes me considero disciplinada?

104. Tenho determinação ou desisto das coisas facilmente?

105. O que posso fazer para melhorar nesta área?

Danielle Custódio

Eu me conheço?

Muito bem meninas, essa página é exclusiva e pessoal a você.
Faça a seguinte atividade, descreva com suas próprias palavras quem é a pessoa que vive dentro de você?
Se você se conhece, escreva detalhadamente sem esquecer nada e aproveite para fazer seu projeto de vida e crie seu próprio plano de ação.

Mãos a obra!

Se desejar compartilhar ou receber orientações ou atendimento on line via E-mail, te espero la.

Abraços

Pra Danielle Custódio

Eu me conheço?

Para convites e contatos (11) 9 7498-9032

Instagram: @ ministeriodaniellecustodio

Danielle Custódio

Eu me conheço?

Danielle Custódio