

## IDENTIFICANDO FASE DA VIDA

QUAL O MOMENTO DA SUA VIDA?

**OBJETIVO:** identificar o momento de vida para trabalhar adequadamente com ele.

1. Quando você acorda de manhã, se sente disposto ou indisposto?

---

---

---

2. Você tem planos, metas e objetivos estabelecidos para sua vida?

---

---

---

3. Você busca agir para alcançar esses objetivos?

---

---

---

4. Você se sente cansado frequentemente no dia a dia?

---

---

---

5. Você acredita que atualmente sua performance está positiva ou negativa?

---

---

---

---

6. De 0 a 10, quanto sua performance pode melhorar?

---

---

7. Quais sensações internas mais comumente você experimenta no dia a dia?

---

---

---

---

## IDENTIFICANDO FASE DA VIDA

---

8. Com que frequência você se sente motivado para alcançar resultados?

---

---

---

9. Você considera que hoje você vive um momento de estabilidade ou de transição de vida?

---

---

---

10. Quais emoções você mais experimenta em seu dia a dia?

---

---

---

---

11. De 0 a 10, quanto você se sente uma pessoa realizada?

---

---

12. O que falta para você se sentir verdadeiramente pleno e feliz?

---

---

---

---

13. Quando você olha para sua vida até aqui, sente mais orgulho/satisfação ou mais pesar/insatisfação?

---

---

---

---

14. O seu estado atual é o mesmo estado desejado que imaginou há 1, 2 ou 5 anos?

---

---

---

---

15. O que você está fazendo, na prática, hoje, para chegar ao seu estado desejado na carreira? E na vida pessoal?

---

---

---

---