

LIDERCORAJOSO.COM

DESAFIO

LIDERANÇA CORAJOSA

COM ALLAN PIMENTA

AULA 02
AGENDA
DE ADULTO
O CAMINHO PARA A
EFICIENCIA

CADERNO DE ATIVAÇÃO





O PODER DE LIDERAR
NÃO APENAS VIVA COM ELE, DOMINE-O
Venha para nosso desafio inédito!
02 a 09 de abril

DESAFIO
LIDERANÇA
CORAJOSA
COM ALLAN PIMENTA

TRANSFORME-SE EM UM LÍDER QUE DEIXA LEGADO!

Inscreva-se agora para receber com exclusividade:

- LINKS PARA AS AULAS.
- Apostilas exclusivas em PDF que serão suas companheiras de viagem nesta jornada épica de transformação.
- Diagnóstico individual e aulas extras exclusivas de acordo com seu momento e necessidade.
- Certificado de participação.



LIDERCORAJOSO.COM

02/04

CHEGA DE TRABALHO BURRO
QUEBRANDO O MITO DO SANGUE,
SUOR E LÁGRIMAS.

03/04

AGENDA DE ADULTO
O CAMINHO PARA A EFICIÊNCIA

04/04

FAZER O QUE TEM QUE FAZER
HÁBITOS QUE CONSTROEM GIGANTES

05/04

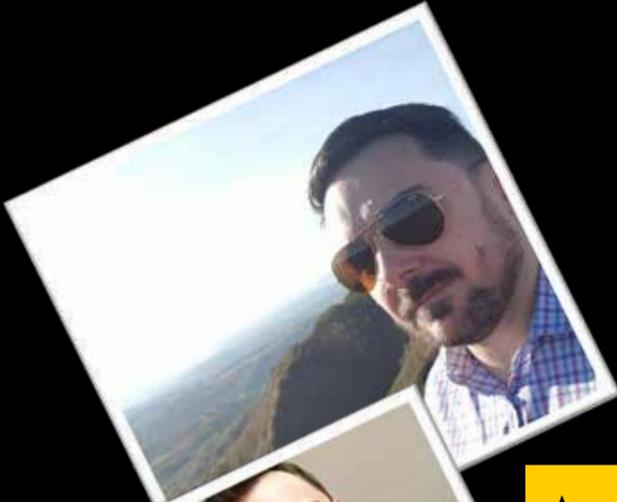
ENGAJAMENTO DE VERDADE
A ALMA DO NEGÓCIO

08/04

EQUIPE PÓS-DIGITAL
ENGRENAGEM SOCIAL, ÁGIL E
TECNOLÓGICA

09/04

TOMANDO AS RÉDEAS
CULTIVANDO RELAÇÕES MADURAS E
AUTORESponsABILIDADE PARA ALÉM DO EGO



FUNDADOR
ACADEMIA de
Desenvolvimento
de **LÍDERES**

PRAZER, ALLAN PIMENTA



PODCASTER

PAPO
de Líder
PODCAST

PROFESSOR

Leader
CLASS

EMBAIXADOR

B CLUBE
BORA
FAZER

25 ANOS COMO EXECUTIVO



LinkedIn
TOP
VOICES

ALLANPIMENTA.COM.BR

“A MUDANÇA NÃO
VIRÁ SE
ESPERARMOS
OUTRA PESSOA OU
OUTRA ÉPOCA. NOS
SOMO SAS PESSOAS
QUE ESTAVAMOS
ESPERANDO. SOMOS
A MUDANÇA QUE
BUSCAMOS.”

BARACK OBAMA



RELEMBRANDO AULA 01

CHEGA DE TRABALHO BURRO

Mais esforço dá resultado,
mas só até certo ponto!

Desequilíbrio Intencional

A ERA DA COMPLEXIDADE

Tecnologia pra Facilitar

Siga um bom método!

Diga não!

Delegue!

Tem que descansar!

Reunião consigo

É PRA FAZER
SO ISSO!



O QUE EU QUERO?

O QUE EU QUERO?

É IMPRESSINDÍVEL fazer esta reflexão diariamente !

Devemos pensar nisso olhando para a vida como um todo e entendendo o que faz sentido e o que realmente importa...

Devemos pensar nisso para planejar a semana, colocando na agenda os temas que nos aproximarão daquilo que buscamos...

Devemos pensar nisso todas as vezes que escolhemos fazer ou não fazer

algo...

Devemos pensar nisso quando escolhemos entre um prazer de agora e um benefício futuro...

E não é só o que eu quero...

É sobre o que EU MAIS QUERO!

Muitas vezes o que EU MAIS QUERO esbarra naquilo que **EU MEREÇO**.

Nossas crenças e valores formados por toda a vida criam muros que impedem que alcancemos grandes conquistas.

Nosso potencial deve ser sempre explorado para direcionar à grandes feitos...

Claro que o que é um grande feito pra mim é diferente do que é um grande feito pra você...Mas atenção é DIFERENTE ! Não maior ou menor !

Suas condições de família, gênero, cor de pele, moradia, história, religião...

Nada disso deve ser visto como uma barreira entre o hoje e seu sonho !

O QUE EU MEREÇO?

Metas
Expectativas
Pontos fortes
Pontos fracos
Riscos
Oportunidades
Problemas e causas
O óbvio

CLARE
ZA
ABSOLUTA

Sem clareza, você está navegando sem bússola. A clareza sobre suas metas, expectativas e capacidades é a estrela-guia da produtividade.

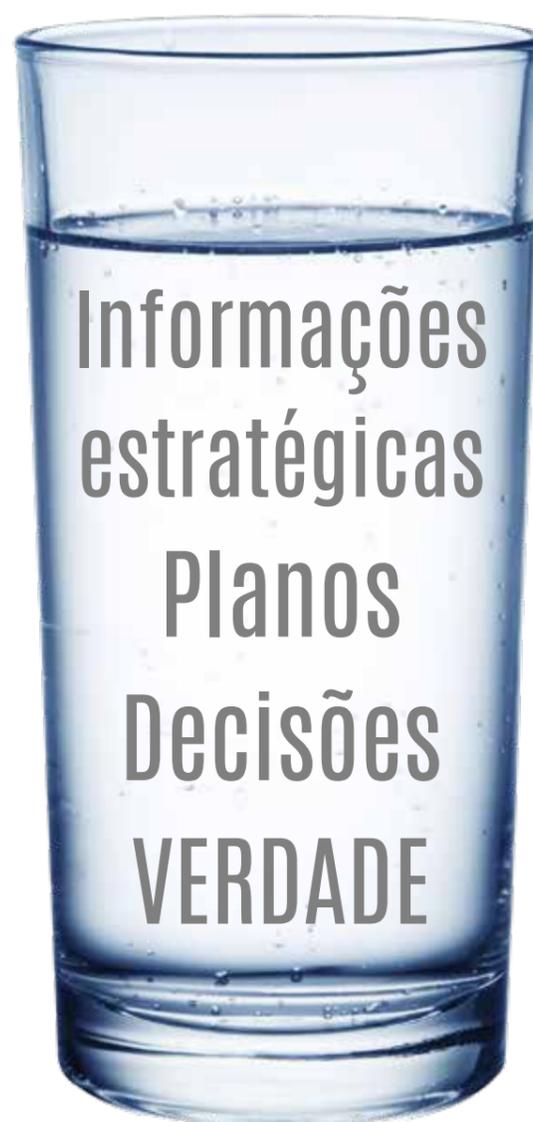
Reflexão:

Realize um exercício de visão clara.

Onde você quer estar ao fim das próximas 12 semanas?

Descreva isso detalhadamente.

TRANSPARÊNCIA TOTAL



Em um mundo onde agendas lotadas se tornaram um símbolo de status, a transparência sobre o que realmente estamos fazendo — e o porquê — é revolucionária. É mais do que simplesmente compartilhar calendários ou metas; é sobre abrir as verdadeiras intenções, limitações e expectativas para si mesmo e para sua equipe. A transparência não é apenas reveladora; é liberadora. Permite que você e sua equipe compreendam melhor as prioridades, ajustem expectativas e trabalhem juntos de forma mais sincronizada e eficaz.

Reflexão:

Esta semana, pratique a transparência ao comunicar suas prioridades e limitações com sua equipe ou colaboradores.

Comece uma reunião com uma clara definição de suas metas atuais e como elas se alinham com as metas gerais.

Depois, peça feedback sobre como essas prioridades são percebidas e onde podem haver desalinhamentos.

Como essa abordagem impacta a dinâmica e a produtividade da sua equipe?

QUEM TEVE A IDEIA DE
CORTAR O TEMPO EM FATIAS,
A QUE SE DEU O NOME DE ANO,
FOI UM INDIVIDUO GENIAL.

INDUSTRIALIZOU A
ESPERANÇA,
FAZENDO-A FUNCIONAR NO
LIMITE DA EXAUSTAO.

Carlos Drummond de Andrade
1902 -1987



**E SE AS FATIAS
FOSSEM
MENORES?**

Transforme sua percepção do tempo adotando uma mentalidade de 12 semanas para alcançar metas anuais.

Este método intensifica o foco e a urgência, encorajando uma abordagem mais dinâmica e adaptável ao planejamento e execução de objetivos. A

o encurtar o ciclo de planejamento, você se torna mais ágil na resposta às mudanças e mais comprometido com a conclusão das tarefas.

Reflexão:

Resgate do DESAFIO do primeiro dia, as suas 3 grandes metas (profissional, de saúde de família / relacionamento) para seu próximo ciclo de 12 semanas.

Como essa abordagem altera sua percepção sobre a realização dessas metas?

ORGANIZAR TAREFAS



Em um mundo onde agendas lotadas se tornaram um símbolo de status, a transparência sobre o que realmente estamos fazendo — e o porquê — é revolucionária. É mais do que simplesmente compartilhar calendários ou metas; é sobre abrir as verdadeiras intenções, limitações e expectativas para si mesmo e para sua equipe. A transparência não é apenas reveladora; é liberadora. Permite que você e sua equipe compreendam melhor as prioridades, ajustem expectativas e trabalhem juntos de forma mais sincronizada e eficaz.

Reflexão:

Esta semana, pratique a transparência ao comunicar suas prioridades e limitações com sua equipe ou colaboradores.

Comece uma reunião com uma clara definição de suas metas atuais e como elas se alinham com as metas gerais.

Depois, peça feedback sobre como essas prioridades são percebidas e onde podem haver desalinhamentos.

Como essa abordagem impacta a dinâmica e a produtividade da sua equipe?

POUCAS E BOAS ESCOLHAS



É importantíssimo entender que não é porque mereço tudo que tenho que querer tudo também.

Quando fazemos poucas escolhas é mais fácil cuidar destas escolhas e evoluir nelas !

Então não é colocar energia em tudo o que importa, mas FOCAR NO QUE MAIS IMPORTA e que realmente irá fazer a diferença...Vale muito a pena refletir com profundidade sobre o que realmente importa pra você se realmente aquilo é seu ou se só está tentando imitar o que faz sentido para outras pessoas.

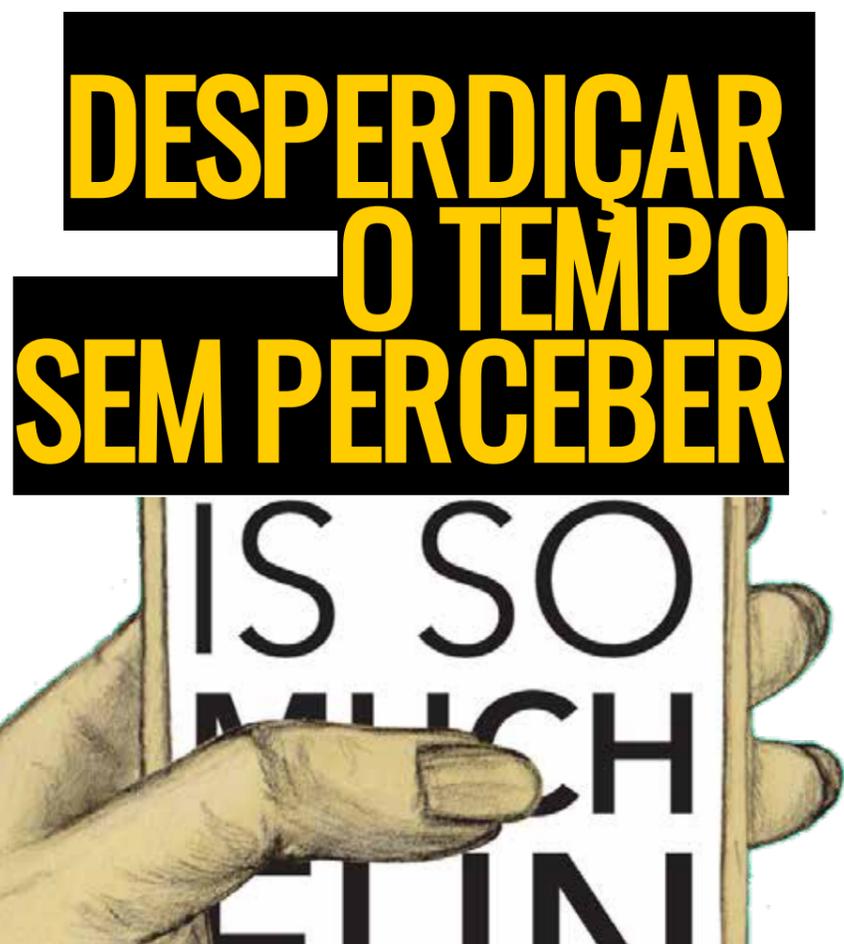
Seja autentico !

Permita-se viver o que é seu !

Reflexão:

Identifique um aspecto de sua vida do qual você precisa se desapegar para focar melhor em suas metas.

Como você planeja fazer isso?



Quando fazemos algo por um “porquê”, podemos entregar a ela e nosso melhor e usufruir ao máximo dela. E quando apenas repetimos o que outros fazem sem pensar ou simplesmente matamos o tempo com algo q não faz sentido, estamos matando um pouco de nós mesmos.

Existe ainda uma confusão enorme entre relaxar e “matar o tempo”. Todos nós precisamos de momentos de descanso e podemos escolher ocupar este tempo com as mais variadas atividades de relaxamento ou diversão. Porém, muitos deixam seu tempo e sua agenda serem invadidas por distrações neste sentido ao longo do dia sem perceberem, perdem tempo com jogos, redes sociais, vídeos ou conversas desconexas e quando percebem perderam grande parte do dia sem tem sequer consciência disso.

Nada disso tem nenhum problema se for feito com consciência, intenção e qualidade de presença.

Reflexão:

Identifique as principais fontes de distração em sua rotina de trabalho.

Que estratégias você pode implementar para reduzir ou eliminar essas interrupções?

Crie um plano de disciplina para estabelecer limites e usar ferramentas que ajudem a manter o foco. Isso pode incluir técnicas como a técnica Pomodoro ou o uso de aplicativos bloqueadores de sites distrativos.

DESAPEGA!



Precisamos de sabedoria para entender que algumas coisas e pessoas que foram importantes no passado não nos agregam mais e precisam abrir espaço para o novo.

Abrir mão de algo que investiu tempo, dinheiro e sonhos muitas vezes é muito difícil, mas também muitas vezes necessário !!!

E o mesmo vale para muitas tarefas que nos trazem segurança quando executamos, mas que precisamos delegar para assumir responsabilidades maiores e trazer evolução ao todo.

Abrir mão do que não agrega e: Delegar, Confiar e Se transformar!

Reflexão:

Identifique um aspecto de sua vida do qual você precisa se desapegar para focar melhor em suas metas.

Como você planeja fazer isso?



**ESTÁ SEM
TEMPO?**

**DE OCUPADO À
PRODUTIVO !!!!**

Planejar suas tarefas estrategicamente, alinhando-as com seus objetivos de 12 semanas, permite que você maximize seu impacto e eficiência. Isso inclui agrupar tarefas semelhantes, determinar o melhor momento do dia para tarefas exigentes, e ajustar suas estratégias conforme necessário.

Este plano precisa estar visível e em constante transformação alimentando as agendas individuais da equipe, que devem ser cuidadas e respeitadas.

- Plano de ação focado e vivo
- Tarefas com visibilidade
- Agendas bem cuidadas

QUEM NÃO TEM AGENDA, AGENDADO ESTÁ

Reflexão:

Pegue uma grande tarefa ou projeto que você precisa completar.

Como você pode quebrá-lo em tarefas menores e planejar essas tarefas de forma estratégica ao longo das próximas semanas?



**Processos bem,
desenhados**

**Papéis e
responsabilidades**

**Construção de
confiança**

**Técnicas de
produtividade**

Automatização

REALIZAR!

Tão ou mais importante que planejar é REALIZAR !!!

Quando fazemos um planejamento perfeito e não executamos, tornamos aquela atividade absolutamente inútil !

Perdemos tempo preciosos de vida com isso ! E não queremos desperdiçarmos nada, né? Muito menos vida!

E execução não é algo só com você fazendo loucamente, exige entender que faz parte de um todo e isso pode ser bem potencializado.

Reflexão:

Selecione uma tarefa essencial que você frequentemente adia.

Agende um bloqueio de tempo específico para ela nesta semana.

Como a priorização e o bloqueio de tempo mudam sua abordagem para completá-la?



Esvaziar a mente é uma prática muito saudável tanto do ponto de vista psicológico quando do ponto de vista PRÁTICO !

Quantas vezes você ficou ansioso com medo de esquecer alguma coisa? E quantas vezes ficou nervoso ou triste porque esqueceu algo?

Elimine de vez isso da sua vida e TIRE DA CABEÇA DEFINITIVAMENTE todas as suas ideias, pendências, compromissos e preocupações!

TIRAR COISAS DA CABEÇA E COLOCAR NO PAPEL É LIBERTADOR !!!!

E o papel pode ser físico ou digital. O papel físico permite maiores conexões neurais segundo a neurociência e o digital traz maior praticidade para pesquisa e recuperação.

Reflexão:

Quais ferramentas ou sistemas você pode implementar para melhor esvaziar sua mente e focar na execução?

Crie um “ecossistema” de liberação mental que funcione 24 horas por dia.

Teve uma ideia? Anota!

Pensou em uma solução nova para um problema antigo? Anota!

Acabou o leite na geladeira? Anota!

Precisa cobrar alguma coisa de alguém? Anota!



**RECOMECE
TODOS OS DIAS**

Ter uma agenda é criar um processo para si que precisa ser cuidado com disciplina até se tornar um hábito! Então é preciso recomeçar todos os dias !!!!!

Quando conseguimos organizar nossas tarefas relevantes em uma agenda e ter real compromisso com, a execução e a evolução, passamos de ocupados para verdadeiramente produtivos... Paramos com o trabalho duro e nos entregamos ao trabalho inteligente!

Saber exatamente porque faz o que faz é o que traz um verdadeiro sentimento de fazer a vida valer a pena!

E isso pode ser feito por qualquer pessoa que esteja disposta a transformar estes recomeços em hábitos!!!

Reflexão:

Escolha um hábito de alta performance que você gostaria de desenvolver.

Que ações concretas você pode tomar para começar a incorporá-lo em sua rotina?

Como poderá cuidar desse hábito mesmo que ele falhe um dia?

DESAFIO DO DIA 02

**01 - CRIAR UMA CAIXA DE
ENTRADA DIGITAL**

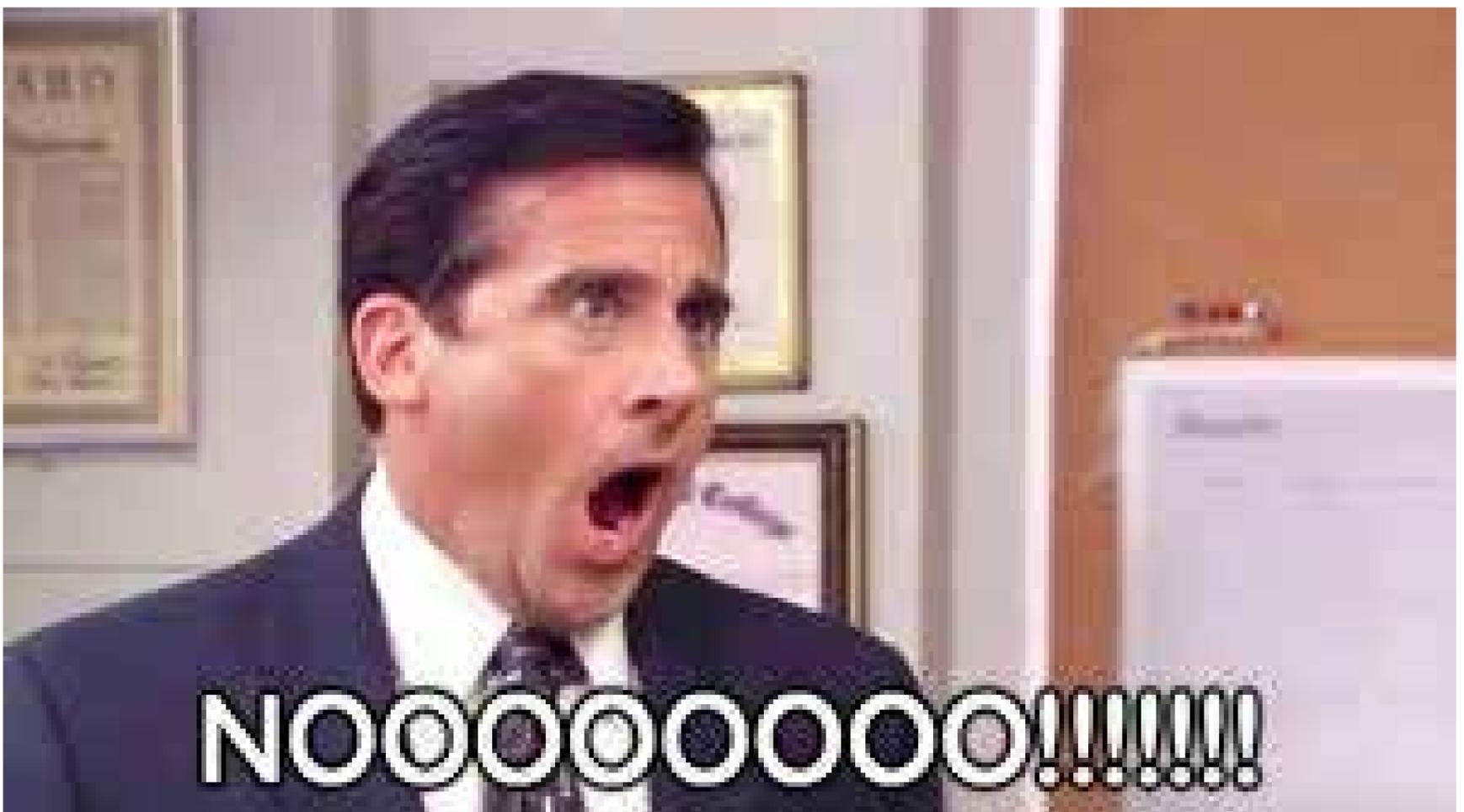
**02 – EXERCÍCIO DE AUTOAVALIAÇÃO PARA
IDENTIFICAR AS PRINCIPAIS FONTES DE
DISTRACÇÃO (E-MAIL, MÍDIAS SOCIAIS,
INTERRUPÇÕES DESNECESSÁRIAS)**

**03 – RESERVE AS REUNIÕES
COM VOCÊ MESMO COMO
COMPROMISSO RECORRENTE**



Você tem que **decidir** o
que é sua **prioridade**
e ter a **coragem**
de **dizer 'não'** ao resto."

GARY KELLER



LIDERCORAJOSO.COM

DESAFIO

LIDERANÇA CORAJOSA

COM ALLAN PIMENTA

FAZER O QUE TEM QUE FAZER

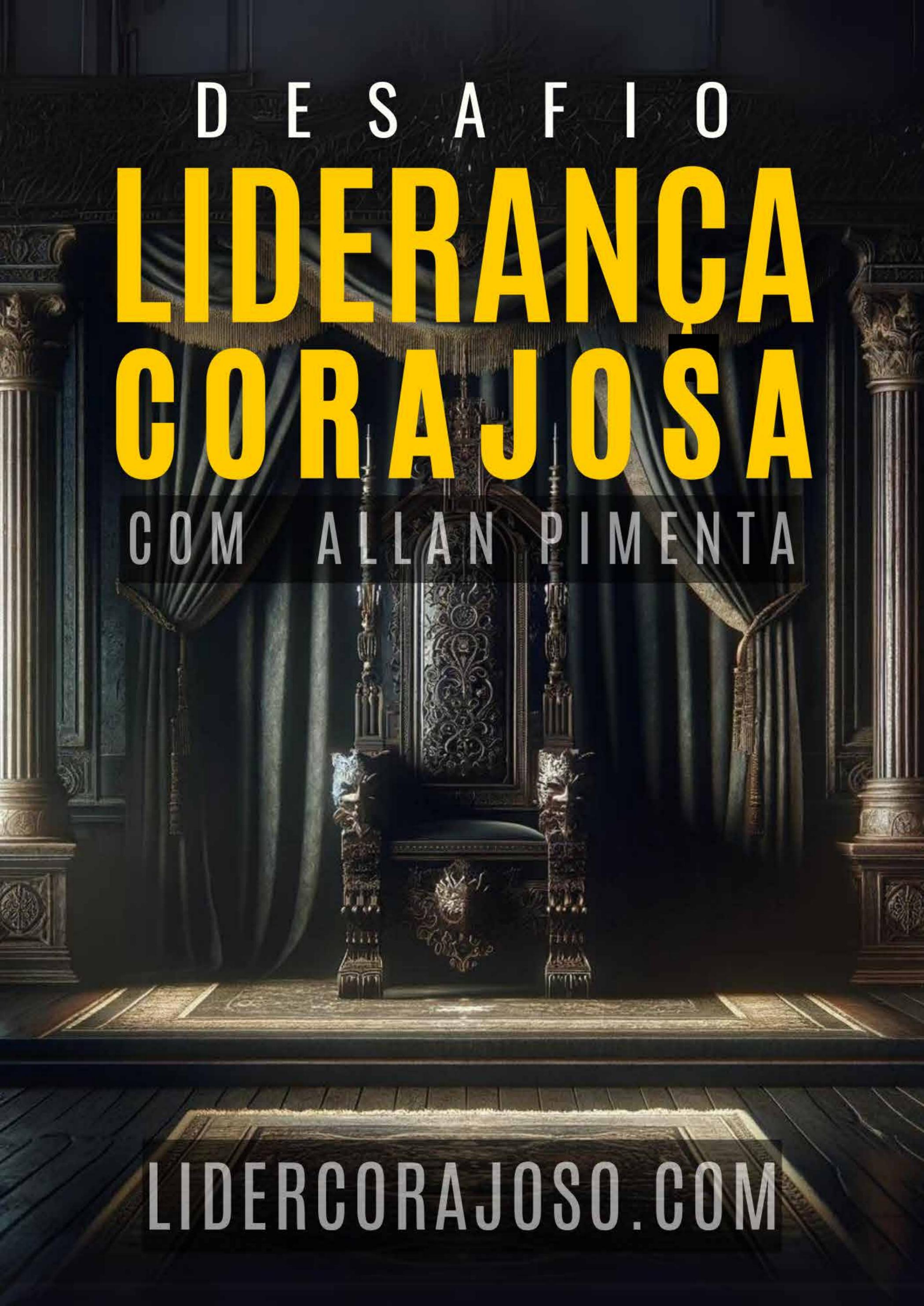
AULA 03

04 de Abril

06:47 DA MANHÃ

HÁBITOS QUE CONSTROEM GIGANTES

AO VIVO!
GRATUITO!



DESAFIO
**LIDERANÇA
CORAJOSA**

COM ALLAN PIMENTA

LIDERCORAJOSO.COM