

Liderar É Simples PDF

WILLIAM H. MCRAVEN



Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Sobre o livro

Explorando a Liderança com William H. McRaven

O renomado autor e ex-comandante das forças SEAL da Marinha dos EUA, William H. McRaven, apresenta em sua obra "Liderar é Simples (Mas Não é Fácil)" uma abordagem clara sobre como a estratégia, o planejamento e a resiliência podem desmistificar os desafios do dia a dia na liderança.

Os SEAL, conhecidos por suas habilidades excepcionais, são a vanguarda das operações secretas, encarregados de missões críticas que, muitas vezes, envolvem a segurança nacional, como a capturação de terroristas notórios, como Osama Bin Laden. Esses oficiais não são apenas soldados; eles se tornam mergulhadores de combate, executando uma variedade de operações submarinas, desde resgates até ações táticas complexas.

Em 2011, após uma carreira repleta de provações e superações, McRaven alcançou o status de Bullfrog, uma expressão que designa o membro mais antigo da comunidade SEAL. Sua jornada, no entanto, é um reflexo do conhecimento e da abordagem que todos os SEAL aplicam, independentemente de sua posição: um planejamento metódico. Todos possuem múltiplos planos preparados para garantir que cada ação resulte em máxima eficiência, colaborando para a segurança e o sucesso do time.

No livro, McRaven oferece insights valiosos, apresentando princípios que

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

transcendem o campo militar e se aplicam a qualquer líder. Ele enfatiza que ser um grande líder é resultado da combinação de habilidades pessoais e atitudes corretas. Com uma narrativa envolvente e inspiradora, o autor discorre sobre temas como proatividade, responsabilidade, grandeza, e humildade, estabelecendo um guia para distinguir líderes competentes de líderes excepcionais.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Por que usar o aplicativo Bookey é melhor do que ler PDF?



Teste gratuito com Bookey



Ad



Experimente o aplicativo Bookey para ler mais de 1000 resumos dos melhores livros do mundo

Desbloqueie **1000+** títulos, **80+** tópicos

Novos títulos adicionados toda semana

Product & Brand

Liderança & Colaboração

Gerenciamento de Tempo

Relacionamento & Comunicação

Estratégia de Negócios

Criatividade

Memórias

Conheça a Si Mesmo

Psicologia

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mi

Visões dos melhores livros do mundo

amento
pos

Os 7 Hábitos das
Pessoas Altamente
Eficazes



Mini Hábitos



Hábitos Atômicos



O Clube das 5
da Manhã



Como Fazer Amigos
e Influenciar
Pessoas



Com
Não

Teste gratuito com Bookey





Por que o Bookey é um aplicativo indispensável para amantes de livros



Conteúdo de 30min

Quanto mais profunda e clara for a interpretação que fornecemos, melhor será sua compreensão de cada título.



Clipes de Ideias de 3min

Impulsione seu progresso.



Questionário

Verifique se você dominou o que acabou de aprender.



E mais

Várias fontes, Caminhos em andamento, Coleções...

Teste gratuito com Bookey





As melhores ideias do mundo desbloqueiam seu potencial

Essai gratuit avec Bookey



Digitalizar para baixar

Liderar É Simples Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Quem deve ler este livro **Liderar É Simples**

O livro "LIDERAR É SIMPLES" de William H. McRaven é uma leitura essencial para líderes em todos os níveis, desde gestores de equipes até executivos de alto escalão. Os princípios apresentados por McRaven são aplicáveis não apenas no contexto militar de sua experiência, mas também em ambientes corporativos, educacionais e até em iniciativas comunitárias. Profissionais que buscam desenvolver suas habilidades de liderança, estudantes que desejam entender os fundamentos da gestão eficaz e qualquer pessoa interessada em inspirar e motivar outros a alcançarem seus objetivos se beneficiarão das lições práticas e diretas do autor. Além disso, os princípios de resiliência e trabalho em equipe abordados no livro são valiosos para qualquer indivíduo que aspire melhorar sua capacidade de enfrentar desafios e promover um ambiente colaborativo.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Principais insights de Liderar É Simples em formato de tabela

Capítulo	Tema	Resumo
1	A importância da simplicidade	O autor destaca que o verdadeiro líder é descomplicado e que líderes eficazes devem focar em ações simples que gerem resultados.
2	A disciplina	Disciplina e hábito são fundamentais para qualquer líder. Estabelecer rotinas e seguir regras é essencial para o sucesso.
3	Superar desafios	Os líderes devem enfrentar e superar desafios, sendo resilientes diante das adversidades que surgirem durante sua jornada.
4	Trabalho em equipe	Um bom líder deve saber trabalhar em equipe, promovendo a colaboração e valorizando as contribuições de cada membro.
5	O poder do exemplo	Os líderes devem liderar pelo exemplo, mostrando integridade e compromisso. A maneira como atuam inspira os outros.
6	A importância da comunicação	Comunicar-se de forma clara e eficaz é vital para o sucesso da equipe e para a implementação das ideias.
7	Conduzir mudanças	Líderes devem estar preparados para guiar suas equipes em tempos de mudança, desenvolvendo flexibilidade e visão.



Capítulo	Tema	Resumo
8	Cultivar a empatia	A empatia é uma qualidade importante que permite aos líderes compreender e conectar-se com suas equipes.
9	Celebre as vitórias	Reconhecer e celebrar os sucessos, mesmo os pequenos, ajuda a motivar a equipe e reforça o trabalho conjunto.
10	Liderança é servir	O verdadeiro ato de liderar é servir aos outros, colocando as necessidades da equipe à frente das ambições pessoais.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Liderar É Simples Lista de capítulos resumidos

1. Capítulo 1: A Importância da Disciplina na Liderança Efetiva
2. Capítulo 2: Como o Trabalho em Equipe Pode Transformar Resultados
3. Capítulo 3: O Papel da Resiliência em Ambientes Desafiadores
4. Capítulo 4: Definindo Missão e Visão para Inspirar Outros
5. Capítulo 5: A Necessidade da Comunicação Clara na Liderança
6. Capítulo 6: Exemplos de Liderança em Situações Extremas e Cotidianas

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

1. Capítulo 1: A Importância da Disciplina na Liderança Efetiva

No primeiro capítulo de "Liderar é Simples", William H. McRaven enfatiza que a disciplina é um dos pilares fundamentais para qualquer líder que aspire a ser efetivo. A disciplina, segundo McRaven, é o que separa os líderes que apenas ocupam posições de poder daqueles que realmente conseguem inspirar e motivar suas equipes. Ele argumenta que, independentemente do contexto em que um líder atua, seja em um ambiente militar, corporativo ou organizacional, a disciplina é uma característica crucial que molda a liderança e promove o sucesso.

McRaven começa abordando sua própria experiência, relatando como a disciplina foi uma parte inseparável de seu treinamento nas Forças Especiais da Marinha dos EUA. Ele destaca que, durante os desafios difíceis e rigorosos pelos quais passou, a disciplina não apenas ajudou os indivíduos a suportar a pressão, mas também fortaleceu a coesão do grupo. Em situações onde a força física poderia falhar, era a disciplina que sustentava a determinação e a coragem de cada membro do time.

O autor explica que a disciplina se manifesta em vários aspectos da liderança: na capacidade de manter um foco claro em objetivos e metas, na insistência em altos padrões de desempenho e na disposição de enfrentar os erros com responsabilidade. McRaven ressalta que um líder disciplinado não



apenas se compromete com sua própria eficácia, mas também estabelece um exemplo para os outros seguirem, criando um ambiente onde a disciplina se torna uma norma compartilhada.

Além disso, McRaven discute a relação entre disciplina e confiança. Para um líder, ser disciplinado é essencial para ganhar a confiança de sua equipe. Quando os membros da equipe observam que um líder é consistente em suas ações e decisões, isso gera um senso de segurança e previsibilidade, elementos que são vitais para um trabalho em equipe eficaz. A confiança criada pela disciplina permite que os líderes conduzam seus grupos através de tempestades e incertezas com maior eficácia.

Neste capítulo, McRaven também aborda as dificuldades que podem surgir ao tentar manter a disciplina dentro de uma equipe. Ele menciona que a busca pela disciplina pode ser desafiadora, especialmente em ambientes onde a tentação de relaxar as regras é constante. Contudo, ele encoraja os líderes a enfrentarem essas adversidades com determinação, reforçando que a criação de um ambiente disciplinado não apenas beneficia cada indivíduo, mas também o grupo como um todo.

McRaven conclui o capítulo ao afirmar que a disciplina não deve ser vista apenas como uma obrigação, mas como uma oportunidade para crescer e melhorar enquanto líder. Cada desafio enfrentado com disciplina é uma



chance de aprender algo novo e desenvolver tanto competências pessoais quanto coletivas.

Assim, a mensagem poderosa de McRaven nesse primeiro capítulo é clara: a disciplina não é apenas um aspecto da liderança; é a base sobre a qual líderes efetivos constroem seu legado. Ao cultivar a disciplina em si mesmos e em suas equipes, os líderes podem transformar problemas em oportunidades e criar um futuro mais promissor para todos.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

2. Capítulo 2: Como o Trabalho em Equipe Pode Transformar Resultados

No segundo capítulo de "Liderar é Simples", William H. McRaven discute a essencialidade do trabalho em equipe como um elemento transformador na conquista de objetivos e na superação de desafios. McRaven, um ex-almirante da Marinha dos Estados Unidos e ex-comandante de operações especiais, baseia suas observações na experiência adquirida em situações de alta pressão e operações de combate, onde a colaboração e o apoio mútuo foram cruciais para o sucesso.

A passagem incessante da pessoa individual para o coletivo é um ponto central no argumentário de McRaven. Ele enfatiza que um líder eficaz não apenas molda a equipe, mas também se submete ao processo colaborativo, reconhecendo que, em um cenário onde o risco é elevado, a força de um único indivíduo pode ser insuficiente. Ao compartilhar vitórias e derrotas, os membros da equipe se tornam coautores da missão, criando um ambiente onde cada voto de confiança é um passo em direção ao sucesso.

Neste capítulo, McRaven ilustra como diferentes personalidades e habilidades dentro de uma equipe podem se complementar, criando uma sinergia que fomenta a inovação e a resolução criativa de problemas. Um ponto que ele destaca é a necessidade de aceitar e valorizar as diferenças, argumentando que cada membro traz uma perspectiva única que pode



contribuir significativamente para a missão comum. Ele traz exemplos práticos, como operações de resgate e confrontos militares, nos quais o sucesso se deu por causa da unidade e do entendimento mútuo dentro do grupo.

Além disso, McRaven aborda a importância da confiança interior na equipe. Sem um sentimento sólido de confiança, o medo e a hesitação podem criar fraturas na coesão do grupo. Portanto, um líder deve inculcar um senso de responsabilidade, não apenas por si mesmo, mas por cada um dos membros da equipe. Essa responsabilidade compartilhada é o que transforma um grupo de indivíduos em uma unidade coesa e focada.

Ao final do capítulo, McRaven reflete sobre como o trabalho em equipe é fundamental não apenas em operações militares, mas em qualquer esfera da vida, incluindo o ambiente corporativo e relações pessoais. Ele conclui que a capacidade de trabalhar em conjunto, respeitar as contribuições de cada membro e construir um laço forte de confiança e respeito é o que, em última análise, leva um grupo ao sucesso. Em qualquer missão, o verdadeiro poder reside na equidade e no compartilhamento do fardo, que, quando vivido plenamente, tem o potencial de transformar resultados.



3. Capítulo 3: O Papel da Resiliência em Ambientes Desafiadores

No terceiro capítulo de "Liderar é Simples", William H. McRaven aborda a resiliência como uma das qualidades mais essenciais para um líder enfrentar e superar adversidades. A resiliência é definida como a capacidade de se recuperar rapidamente de dificuldades; é um atributo que se torna ainda mais crucial em contextos de alta pressão e incerteza.

McRaven começa o capítulo relatando experiências pessoais e em combate, enfatizando como a adversidade pode transformar não apenas as situações, mas também o próprio líder. Ele destaca que enfrentar desafios não é apenas inevitável, mas uma parte fundamental do desenvolvimento de qualquer equipe ou organização. Em ambientes de extrema pressão, a resiliência se torna o alicerce que sustenta tanto o indivíduo quanto o grupo. Através de exemplos reais e anedóticos, McRaven ilustra como líderes que demonstram resiliência tendem a inspirar suas equipes a se manterem firmes e focadas, mesmo diante de fracassos e obstáculos.

Um dos pontos-chave abordados é a ideia de que a resiliência não é uma qualidade inata, mas uma habilidade que pode ser construída e aprimorada ao longo do tempo. McRaven sugere que líderes devem cultivar essa resiliência através da prática de enfrentar desafios em menor escala, o que os prepara para crises maiores no futuro. Ele enfatiza a importância de abraçar a



dificuldade, aprendendo com as falhas e desenvolvendo uma mentalidade de crescimento, que prioriza a adaptação e a disposição para enfrentar novas realidades.

O autor também menciona o impacto da resiliência no desenvolvimento de uma cultura organizacional forte. Quando os líderes demonstram resiliência, eles criam um ambiente onde a equipe se sente segura para tomar riscos calculados e para inovar. Este clima encorajador pode ser fundamental na superação de crises, pois equipes resilientes são mais propensas a colaborar, encontrar soluções criativas e permanecer motivadas.

Além disso, McRaven aborda o conceito de "resiliência coletiva", ressaltando que a força de um grupo é muitas vezes maior do que a soma de suas partes. Para isso, ele propõe que os líderes incentivem o apoio mútuo entre os membros da equipe, criando uma rede de resiliência onde todos se ajudam em momentos de crise. Essa interdependência fortalece a coesão do grupo e aumenta a capacidade de recuperação frente a adversidades.

O capítulo conclui ressaltando que a resiliência também envolve um elemento de otimismo realista. McRaven encoraja os leitores a se manterem positivos sobre o futuro, mesmo em meio a dificuldades, e a nunca perder a esperança em relação ao que pode ser alcançado. Ele sugere que a combinação de determinação, um espírito colaborativo e uma mentalidade



de aprendizado são fundamentais para transformar desafios em oportunidades de crescimento.

Em suma, o capítulo sobre o papel da resiliência em ambientes desafiadores é um poderoso lembrete de que as dificuldades, longe de serem impeditivos, são oportunidades para líderes e equipes se fortalecerem e prosperarem.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

4. Capítulo 4: Definindo Missão e Visão para Inspirar Outros

No capítulo 4 de "Liderar é Simples", William H. McRaven destaca a importância de uma missão clara e uma visão abrangente como pilares fundamentais da liderança inspiradora. Ele argumenta que uma liderança eficaz começa com a capacidade de definir e comunicar esses conceitos de forma que todos os membros da equipe possam não apenas compreendê-los, mas também se sentir motivados a abraçá-los.

A missão, segundo McRaven, representa a razão de ser de uma organização. É o propósito que une todos em torno de um objetivo comum. Para que a missão tenha o impacto desejado, é crucial que os líderes a articulem de maneira simples e direta. Ele apresenta exemplos de como forças armadas, empresas de sucesso e organizações não governamentais utilizaram suas missões como um norte condutor em tempos de incerteza e desafio. Um líder que comunica uma missão clara pode alinhar esforços e canalizar energias, fazendo com que cada membro da equipe tenha um papel definido e um entendimento claro do que é esperado dele.

Além da missão, a visão desempenha um papel igualmente vital. A visão é um quadro aspiracional do futuro desejado. McRaven enfatiza que uma visão poderosa inspira e energiza a equipe, criando um sentido de propósito que transcende as tarefas diárias. Os líderes devem ser capazes de pintar um



futuro desejável por meio da narrativa, envolvendo todos os indivíduos na história que desejam construir juntos. Para McRaven, uma visão eficaz não é apenas sobre objetivos a longo prazo, mas sobre como os membros da equipe podem se ver contribuindo para essa realidade.

O capítulo também discute a necessidade de feedback constante sobre a missão e a visão. À medida que a equipe progride, é fundamental revisar e, se necessário, ajustar esses elementos para assegurar que permanecem relevantes e inspiradores. Esse processo de reavaliação deve ser inclusivo, reunindo a equipe para refletir sobre os valores centrais e as aspirações coletivas. A participação ativa não apenas reforça o compromisso de todos, mas também encoraja uma cultura de inovação e adaptação, aspectos essenciais em ambientes dinâmicos e em constante mudança.

Finalmente, McRaven argumenta que líderes que são transparentes acerca de sua missão e visão tendem a construir culturas de confiança e segurança. Quando uma equipe acredita na integridade e na autenticidade de seus líderes, é mais provável que se comprometam com os objetivos estabelecidos. Assim, essa abordagem de liderança, fundamentada em uma missão forte e em uma visão inspiradora, resulta em um coletivo mais coeso e motivado, capaz de enfrentar qualquer desafio que venha a surgir.



5. Capítulo 5: A Necessidade da Comunicação Clara na Liderança

No Capítulo 5 de "Liderar é Simples", William H. McRaven destaca a importância vital da comunicação clara como uma habilidade essencial para qualquer líder. A comunicação não é apenas sobre transmitir informações; é a ponte que conecta líderes e seguidores, facilitando a compreensão mútua e a execução eficiente das tarefas. McRaven argumenta que, em um mundo cada vez mais complexo e acelerado, a capacidade de se expressar de forma clara e concisa se torna ainda mais crucial.

O autor inicia o capítulo refletindo sobre suas experiências nas forças armadas, onde a comunicação precisa e direta é necessária para garantir a segurança e a eficácia das operações. Ele enfatiza que, em situações de alta pressão, a falta de clareza na comunicação pode levar a mal-entendidos que, muitas vezes, têm consequências graves. Essa realidade se aplica não apenas em ambientes de combate, mas em qualquer lugar onde a liderança se faz necessária.

McRaven também discute o papel da linguagem no processo de liderança. Ele defende que uma mensagem bem estruturada não apenas informa, mas também motiva e inspira. Líderes que sabem como comunicar sua visão de forma clara são mais capazes de unir suas equipes em torno de objetivos comuns. O autor sugere que, para se comunicar efetivamente, os líderes



devem ser capazes de simplificar mensagens complexas e adaptá-las ao público ao qual se dirigem.

Além disso, McRaven menciona a importância da escuta ativa no processo de comunicação. Um líder eficaz não apenas fala, mas também ouve atentamente as preocupações e ideias de sua equipe. Essa interação bidirecional ajuda a fomentar um ambiente de confiança e respeito, permitindo que os membros da equipe se sintam valorizados e envolvidos nas decisões.

O capítulo também aborda o impacto das novas tecnologias na comunicação, ressaltando que, embora as ferramentas digitais possam facilitar a disseminação de informações, elas também podem criar barreiras de interpretação. McRaven adverte que a comunicação por meio de e-mails ou mensagens instantâneas pode carecer do contexto necessário, muitas vezes levando a mal-entendidos. Assim, ele recomenda que os líderes utilizem essas ferramentas com cautela e, sempre que possível, optem por encontros cara a cara para discussões mais importantes.

Ao longo do capítulo, McRaven compartilha exemplos práticos que ilustram como a comunicação clara pode transformar a dinâmica de uma equipe, desde a execução de operações militares até a gestão de empresas civis. Ele conclui enfatizando que a habilidade de se comunicar de maneira eficaz é



um dos pilares mais fundamentais da liderança. Um líder que comunica com clareza não só dirige, mas também inspira, engaja e motiva sua equipe a alcançar resultados excepcionais.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

6. Capítulo 6: Exemplos de Liderança em Situações Extremas e Cotidianas

No capítulo 6 de "Liderar é Simples", William H. McRaven analisa a importância de exemplos práticos de liderança em diferentes contextos, sejam eles situações extremas, como missões militares, ou momentos do cotidiano, como desafios enfrentados em ambientes corporativos ou comunitários. McRaven, com sua vasta experiência como ex-comandante das Forças Especiais da Marinha dos EUA, traz à tona histórias que ilustram como a liderança pode ser exercida de forma eficaz e inspiradora mesmo nas circunstâncias mais difíceis.

O primeiro exemplo é uma operação de resgate em território hostil, onde a liderança foi fundamental para garantir a segurança de todos os envolvidos. McRaven narra como o planejamento meticuloso e a capacidade de manter a calma sob pressão foram cruciais para o sucesso da missão. O líder, nesse caso, não só precisou tomar decisões rápidas e assertivas, mas também motivar sua equipe em um ambiente carregado de tensão e risco. A confiança que ele construíra entre os membros do grupo foi um fator decisivo que possibilitou que todos atuassem como uma unidade coesa, permitindo que enfrentassem o desafio com coragem e determinação.

Por outro lado, McRaven também se volta para situações mais cotidianas, onde a liderança é igualmente necessária, apesar de menos dramática. Ele



afirma que as dificuldades encontradas em uma reunião de equipe ou um projeto que não avança como esperado, por exemplo, exigem uma liderança que consiga engajar, ouvir e orientar. O autor exemplifica com o relato de um gerente que implementou uma nova metodologia de trabalho em sua empresa. Ao perceber a resistência da equipe, ele não apenas apresentou os benefícios da mudança, mas também ouviu as preocupações dos colaboradores. Essa abordagem de diálogo e abertura ajudou a criar um ambiente de confiança, onde todos se sentiram parte do processo e se dispuseram a colaborar para alcançar os objetivos propostos.

Esses exemplos destacam que a essência da liderança não se limita a posições de poder ou autoridade; ela também se manifesta em ações diárias que impactam a vida das pessoas. McRaven sublinha que os líderes devem ser pessoas que inspiram e motivam, seja em um campo de batalha ou em uma sala de conferências. A liderança eficaz, portanto, é uma habilidade que pode e deve ser exercida em todos os níveis da sociedade, mostrando que as mesmas qualidades como empatia, determinação e clareza de propósito são valiosas, independentemente da situação.

Além disso, o autor ressalta que o aprendizado contínuo a partir de experiências passadas, tanto bem-sucedidas quanto frustrantes, é fundamental para o crescimento como líder. Ele encoraja os leitores a refletirem sobre suas próprias experiências em relação à liderança e como



podem aplicar esses ensinamentos em suas vidas diárias, seja em momentos de crise ou no desenvolvimento de suas equipes em um ambiente mais tranquilo.

Por fim, o capítulo nos lembra que liderar é, acima de tudo, uma escolha. Escolher atuar com integridade, demonstrar compaixão, ser um exemplo de resiliência e sempre apoiar aqueles que nos rodeiam são os pilares que formam um líder forte e confiável. McRaven conclui que, independentemente da situação em que se encontrem, todos têm a capacidade de ser líderes e fazer a diferença, desde as batalhas da vida até os desafios mais corriqueiros.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5 citações chave de Liderar É Simples

1. "A disciplina e a perseverança são os alicerces do sucesso. Sem elas, é impossível enfrentar os desafios que a vida nos apresenta."
2. "Não tenha medo de falhar. Cada fracasso é uma oportunidade para aprender e crescer como líder."
3. "É nas pequenas ações cotidianas que se encontra a essência da liderança verdadeira e inspiradora."
4. "Um bom líder é aquele que coloca o bem-estar da sua equipe em primeiro lugar, guiando e apoiando cada membro em sua jornada."
5. "Liderar é servir, e a verdadeira grandeza de um líder se revela na capacidade de elevar os outros ao seu redor."





Digitalizar para baixar



Bookey APP

Mais de 1000 resumos de livros para fortalecer sua mente

Mais de 1M de citações para motivar sua alma

Clipes de ideias de 3 minutos

Acelere seu progresso



Evitar Críticas em Relacionamentos Interpessoais

Criticar os outros apenas provoca resistência e prejudica a autoestima deles, despertando ressentimento ao invés de resolver problemas. Lembre-se de que qualquer tolo pode criticar, mas é preciso caráter e autocontrole para ser compreensivo e perdoar.

Exemplo(s) ▶

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas



Mantenha a Sequência

Desafio de crescimento de 21 dias

Desafio de Crescimento Pessoal de 21 Dias

Meta diária: 0/5 min

Lêla ou ouça para atingir sua meta

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

DIA 21

Obter recompensa do desafio



0 vezes

Você completou



Descobrir

Biblioteca

Eu

Escolha sua área de foco

Quais são seus objetivos de leitura?

Escolha de 1 a 3 objetivos

Ser uma pessoa eficaz

Ser um pai melhor

Ser feliz

Melhorar habilidades sociais

Abrir a mente com novos conheci...

Ganhar mais dinheiro

Ser saudável

Continuar