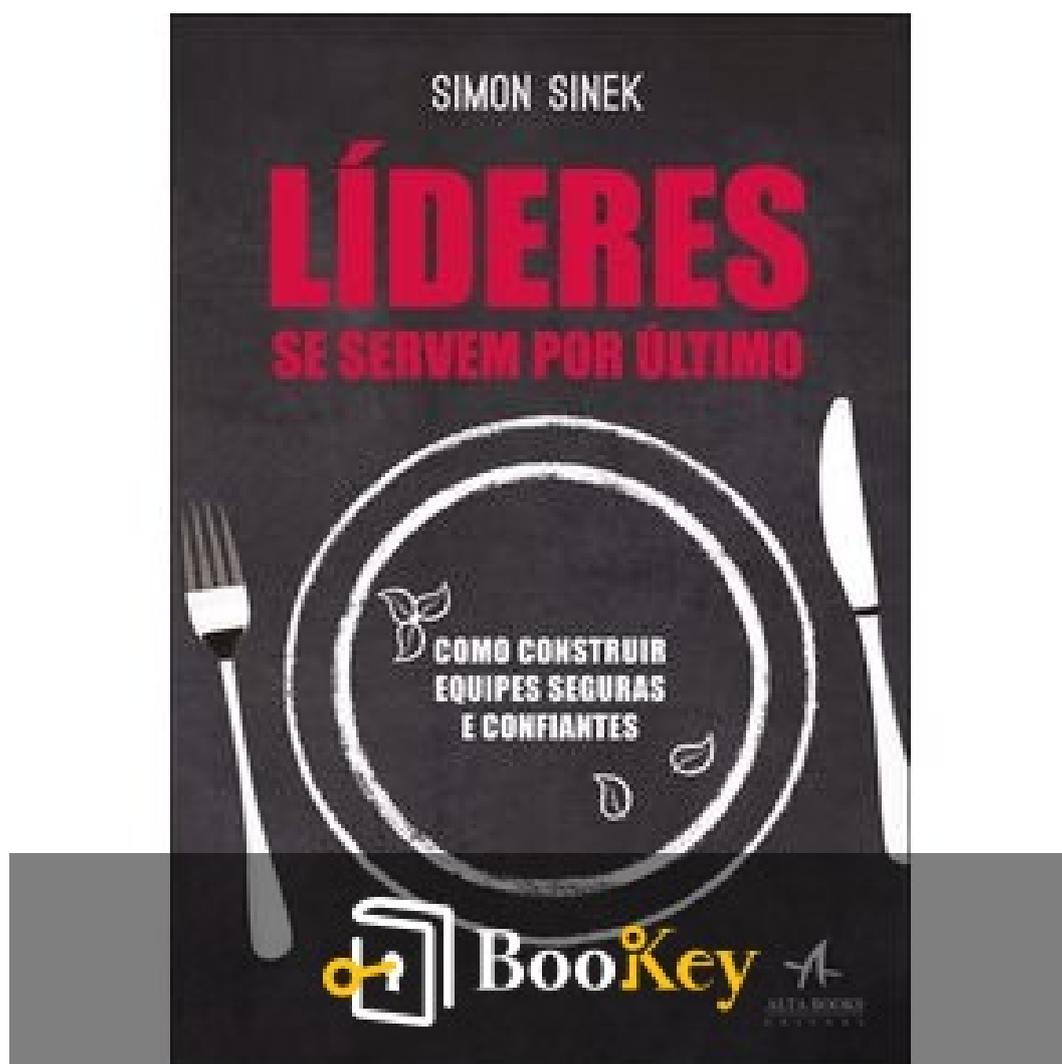


Líderes Se Servem Por Último PDF

SIMON SINEK



Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Sobre o livro

Explorando a Valorização no Trabalho

Por que será que somente um número restrito de pessoas afirma "Amo meu trabalho"? A sensação de satisfação profissional parece ser uma ocorrência rara, quase como um prêmio da loteria. Apenas alguns felizes privilegiados têm a chance de se sentir importantes dentro das suas organizações.

Entretanto, em diversos cantos do globo, líderes visionários estão promovendo ambientes de trabalho que fazem com que todos os colaboradores se sintam parte do grupo. Em algumas equipes, a confiança é tão sólida que os membros estão dispostos a se sacrificar pelos colegas, como é o caso dos Fuzileiros Navais dos Estados Unidos, que possuem o lema: "Os oficiais se servem por último".

A partir da análise deste exemplo e de outras organizações, além do estudo das substâncias biológicas que evoluíram ao longo da história humana, o etnógrafo Simon Sinek revela como algumas empresas conseguem estabelecer "Círculos de Segurança". Esses círculos são fundamentais na criação de equipes coesas, adaptáveis e seguras, onde todos se sentem confortáveis e motivados a dedicar suas forças para prosperar ao lado da empresa e aproveitar novas oportunidades.

Depoimentos:

"O livro oferece insights valiosos sobre liderança sob uma perspectiva

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

biológica, explorando o impacto significativo da serotonina, dopamina e outros neurotransmissores. Mudou minha compreensão sobre os mecanismos que governam as decisões de organizações de diferentes tamanhos." – Jefta Bade, da JAM Visual Thinking, Amsterdã.

"Uma obra fantástica! Apresenta de maneira clara e surpreendente como os seres humanos foram programados para funcionar, trazendo sugestões para equilibrar nossa essência humana com as exigências contemporâneas. Um guia ideal para liderar equipes organizadas e melhorar os relacionamentos profissionais, fundamentando empresas que realmente fazem a diferença." – Alexandros Samaras, relações públicas na C-Strategist, Bruxelas.

"Inicialmente, imaginei que seria mais um livro tradicional sobre liderança. No entanto, a seção que debate nossa dependência de neurotransmissores como dopamina e ocitocina transformou minha perspectiva. Compreender as reações humanas e suas razões é extremamente relevante. Unir essa teoria a exemplos práticos foi enriquecedor para minha visão sobre o impacto delas a longo prazo." – Raymond Warren, gerente de mídias sociais e digitais da Cadillac.

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 Positiva

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mindfulness

Visões dos melhores livros do mundo

Desenvolvimento

Os 7 Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes



Mini Hábitos



Hábitos Atômicos



O Clube das 5 da Manhã



Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas



Como 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

Líderes Se Servem Por Último Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Quem deve ler este livro **Líderes Se Servem Por Último**

O livro "Líderes Se Servem por Último" de Simon Sinek é recomendado para líderes em todos os níveis, desde gerentes de equipe até altos executivos, que desejam entender a importância de uma liderança servidora e empática. Profissionais que buscam melhorar a cultura organizacional de suas empresas, bem como aqueles interessados em desenvolver habilidades de liderança que priorizam o bem-estar dos colaboradores, também encontrarão insights valiosos. Além disso, estudantes de administração, recursos humanos e comportamento organizacional podem se beneficiar da leitura, uma vez que o livro aborda princípios de liderança que favorecem a coesão e o engajamento nas equipes.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Principais insights de Líderes Se Servem Por Último em formato de tabela

Capítulo	Resumo
1. Introdução	Sinek introduz o conceito de liderança servidora, enfatizando a importância de líderes que priorizam o bem-estar de seus colaboradores.
2. O Círculo de Segurança	O autor apresenta a ideia do 'Círculo de Segurança', que envolve a criação de um ambiente seguro para a equipe, onde as pessoas se sentem protegidas.
3. O Impacto Biológico	Sinek discute como a biologia humana influi nas relações de trabalho e a necessidade de segurança emocional.
4. O Papel do Líder	Os líderes devem cuidar de suas equipes, inspirando-as a se sentirem valorizadas e motivadas.
5. A Liderança é um Serviço	O livro ressalta que a liderança é um ato de servir e cuidar dos outros.
6. Exemplos de Liderança Efetiva	Sinek usa exemplos históricos e contemporâneos para ilustrar como a liderança servidora trouxe sucesso em diversas organizações.
7. A Responsabilidade do Líder	Os líderes têm a responsabilidade de proteger seus colaboradores, especialmente em tempos de crise.
8. Construindo Confiança	Como construir e manter a confiança dentro das equipes e entre os líderes.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Capítulo	Resumo
9. O Futuro da Liderança	Reflexão sobre o futuro do conceito de liderança e a necessidade de líderes que sirvam aos outros.
10. Conclusão	Fechamento do livro, reiterando a importância de uma cultura organizacional focada no cuidado e na proteção dos membros da equipe.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Líderes Se Servem Por Último Lista de capítulos resumidos

1. A Importância da Confiança nas Relações de Trabalho
2. Como os Grandes Líderes Inspiram suas Equipes
3. O Papel da Empatia na Liderança Moderna
4. Construindo um Ambiente de Trabalho Seguro e Saudável
5. A Necessidade de Priorizar o Bem-Estar do Time
6. Liderança Sustentável: O Legado que se Deixa

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

1. A Importância da Confiança nas Relações de Trabalho

A confiança é um dos pilares fundamentais nas relações de trabalho, e sua importância não pode ser subestimada em um ambiente organizacional. Nos ensinamentos de Simon Sinek em "Líderes se Servem por Último", ele argumenta que a confiança cria uma base sólida sobre a qual os indivíduos se reúnem em torno de um objetivo comum, permitindo que colaborem de maneira mais eficaz. Quando os membros de uma equipe confiam uns nos outros, eles não apenas se sentem mais seguros para expressar suas ideias e opiniões, mas também se mostram mais dispostos a correr riscos e a inovar.

A confiança estabelece um clima de transparência e honestidade, onde a comunicação flui livremente, levando a uma maior eficiência e uma redução significativa de conflitos. Em contrapartida, a falta de confiança pode gerar um ambiente tóxico, onde a desconfiança e o medo minam a colaboração e a produtividade. No contexto atual de trabalho, onde a colaboração e a agilidade são essenciais, a construção e a manutenção da confiança se tornaram ainda mais cruciais.

Simon Sinek destaca que, para que os líderes possam cultivar um ambiente de confiança, é necessário que eles demonstrem vulnerabilidade e autenticidade. Um líder que se serve por último, que coloca as necessidades de sua equipe à frente das suas, ganha a lealdade e o respeito de seus



colaboradores. Essa forma de liderança não apenas inspira os membros da equipe, mas também incentiva uma cultura onde todos se sentem valorizados e respeitados.

Além disso, a confiança permite que as equipes se mantenham resilientes diante dos desafios. Quando os membros de uma equipe confiam uns nos outros, eles se sentem mais motivados a apoiar uns aos outros durante períodos de dificuldade. Esta coesão não apenas melhora a moral, mas também aumenta a eficiência operacional, pois uma equipe unida é capaz de superar obstáculos com mais eficácia.

Concluindo, a construção da confiança nas relações de trabalho não é apenas uma responsabilidade dos líderes, mas de todos os membros de uma equipe. Cada interação, cada gesto e cada palavra conta. Promover um ambiente onde a confiança pode florescer é vital para o sucesso coletivo da organização, refletindo, assim, o princípio central de que, em um ambiente de trabalho saudável e produtivo, todos prosperam quando a confiança é a base de suas interações.



2. Como os Grandes Líderes Inspiram suas Equipes

Grandes líderes têm uma habilidade única de motivar e inspirar suas equipes, e isso se reflete em sua capacidade de criar um ambiente de trabalho que valoriza cada membro e suas contribuições. A inspiração vai além da mera administração; trata-se de cultivar um propósito compartilhado que transcende tarefas diárias e metas individuais. Esses líderes sabem que, para engajar suas equipes, é fundamental estabelecer uma conexão emocional, onde todos se sintam parte de algo maior.

Um dos aspectos centrais que se destaca na liderança inspiradora é a comunicação clara e aberta. Líderes eficazes são aqueles que escutam ativamente e incentivam seus colaboradores a expressar suas ideias e preocupações. Esse diálogo bidirecional fomenta um clima de confiança, onde os membros da equipe se sentem valorizados e, como consequência, mais motivados a contribuir com seu melhor desempenho. Quando um líder comunica uma visão inspiradora de futuro, ele não só indica a direção a ser seguida, mas também provoca um senso de pertencimento, onde cada integrante do grupo sente que suas ações têm um impacto significativo.

Outra característica crucial dos grandes líderes é a capacidade de ser um exemplo a ser seguido. Eles não apenas falam sobre valores e princípios, mas também os incorporam nas suas ações cotidianas. Essa consistência



entre o que se diz e o que se faz é fundamental para cultivar a credibilidade e a inspiração. Quando os membros da equipe veem seus líderes demonstrando comprometimento, ética e paixão pelo trabalho, isso repercute em sua própria motivação.

Os grandes líderes também entendem a importância de reconhecer e celebrar as conquistas da equipe. Eles não apenas distribuem responsabilidades, mas se asseguram de que cada sucesso, grande ou pequeno, seja comemorado. Esse reconhecimento não apenas eleva a moral da equipe, mas também reforça a noção de que o esforço coletivo vale a pena, o que, por sua vez, estimula a produtividade e a cooperação.

Além disso, líderes inspiradores são capazes de cultivar um ambiente onde o aprendizado contínuo é valorizado. Eles promovem a ideia de que os erros são oportunidades de crescimento, encorajando a experimentação e a inovação. Isso cria uma cultura de aprendizado, onde a equipe se sente segura para explorar novas ideias sem o medo do fracasso, fomentando um espírito criativo que pode levar a soluções inovadoras e à adaptação a desafios imprevistos.

Por fim, grandes líderes inspiram suas equipes através da empatia. Eles se esforçam para entender as necessidades e preocupações individuais de seus membros, demonstrando que a liderança não se trata apenas de comandos e



controle, mas também de suporte emocional e nem sempre resultante diretamente em resultados. Quando os colaboradores sentem que são compreendidos e respeitados, sua lealdade aumenta, o que fortalece ainda mais a equipe.

Em suma, a capacidade de inspirar é imprescindível na liderança moderna. Os líderes que adotam uma abordagem centrada nas pessoas e que priorizam a criação de uma cultura de colaboração e respeito são, sem dúvida, aqueles que não apenas alcançam resultados de curto prazo, mas que constroem equipes resilientes, preparadas para enfrentar qualquer desafio. Com essa filosofia à frente, a liderança torna-se uma jornada de crescimento conjunto, onde cada membro é incentivado a alcançar seu potencial máximo, contribuindo assim para uma visão coletiva mais ampla.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

3. O Papel da Empatia na Liderança Moderna

A empatia é um pilar essencial da liderança moderna, sendo a capacidade de compreender e compartilhar os sentimentos dos outros fundamental para a construção de relações de confiança e respeito dentro de uma equipe. Em um mundo onde as empresas enfrentam rápidas mudanças e desafios complexos, líderes que demonstram empatia não apenas criam um ambiente de trabalho mais inclusivo e colaborativo, mas também aumentam a resiliência e a motivação de suas equipes.

Quando líderes exercem a empatia, eles se tornam mais acessíveis e abertos às preocupações e necessidades de seus colaboradores. Isso cria um espaço seguro para que os membros da equipe expressem suas ideias, desafiem o status quo e se sintam valorizados. Em vez de se limitarem a dar ordens, líderes empáticos ouvem ativamente e buscam entender a perspectiva de cada indivíduo, mostrando que as opiniões de todos são pertinentes e respeitadas.

Além disso, a empatia fortalece a conexão emocional entre líderes e suas equipes. Essa conexão não só aumenta o moral e a coesão do grupo, mas também melhora o desempenho geral. Funcionários que sentem que seus líderes se preocupam genuinamente com eles tendem a ser mais comprometidos e produtivos. Líderes empáticos criam um círculo virtuoso, onde a atenção às necessidades emocionais dos colaboradores resulta em



maior lealdade e engajamento, diretamente ligados ao sucesso organizacional.

No contexto da liderança moderna, onde desafios como a diversidade e as diferentes expectativas das gerações estão cada vez mais em voga, a empatia se destaca como uma ferramenta necessária para navegar por essas complexidades. Um líder empático é capaz de reconhecer e valorizar a diversidade de sua equipe, entendendo que diferentes origens e experiências trazem perspectivas únicas que podem enriquecer o ambiente de trabalho. Ao fazer isso, transforma as diferenças em uma força, fomentando um espaço onde todos se sentem livres para contribuir e inovar.

Contudo, ser um líder empático não significa apenas ser gentil ou compreensivo; é um equilíbrio entre entender as perspectivas dos outros e tomar decisões que beneficiem a equipe e a organização como um todo. Um líder deve ser capaz de colocar-se no lugar do outro, enquanto mantém a clareza e a objetividade necessárias para guiar sua equipe na direção correta. Essa capacidade de articular uma visão, enquanto se preocupa com o bem-estar de cada membro da equipe, é o que distingue os grandes líderes daqueles que apenas ocupam cargos de liderança.

Por fim, na era moderna, é inegável que a empatia não é apenas uma habilidade social desejável, mas uma competência crítica para o sucesso da

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

liderança. Em um contexto econômico e social desafiador, os líderes que investem tempo e esforço para cultivar a empatia em suas práticas diárias não apenas se destacam, mas também constroem organizações mais saudáveis e sustentáveis para o futuro.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

4. Construindo um Ambiente de Trabalho Seguro e Saudável

Para que uma equipe prospere, é imprescindível estabelecer um ambiente de trabalho que não apenas garanta a segurança física dos colaboradores, mas que também promova saúde mental e emocional. Simon Sinek enfatiza que um verdadeiro líder deve se preocupar não apenas com os resultados, mas também com as condições em que esses resultados são alcançados. Um ambiente de trabalho seguro é caracterizado por um espaço onde os empregados se sentem protegidos de qualquer forma de discriminação, assédio, ou práticas que possam comprometer sua integridade.

A construção desse ambiente exige um esforço consciente da liderança. Os líderes devem adotar uma postura ativa, buscando ouvir as preocupações de seus colaboradores e criando canais de comunicação abertos e acessíveis. A transparência nas discussões sobre as políticas da empresa, junto ao acolhimento das opiniões e sugestões dos colaboradores, são fundamentais para cultivar um clima de confiança. Nessa atmosfera, os funcionários se sentem seguros para expressar suas ideias e preocupações, sabendo que serão ouvidos e valorizados.

Além disso, é vital a implementação de práticas que promovam o bem-estar físico e mental, como programas de saúde, atividades de team building e suporte psicológico. Tais iniciativas demonstram que a liderança não se



preocupa apenas com a produtividade, mas que também valoriza o ser humano por trás do trabalho. Muitas vezes, pequenos gestos, como um reconhecimento público ou um simples "obrigado", podem transformar a dinâmica de um grupo.

Por outro lado, a segurança psicológica deve ser uma prioridade constante. Os líderes são chamados a criar uma cultura onde os erros são vistos como oportunidades de aprendizado, e não como falhas que desapontam. A possibilidade de errar e de ser vulnerável diante dos colegas amplia o engajamento e a inovação, uma vez que todos se sentem encorajados a participar ativamente das discussões e a arriscar na busca por soluções criativas.

Finalmente, um ambiente laboral seguro e saudável não é apenas benéfico para os colaboradores, mas também impacta positivamente a produtividade e o sucesso da organização como um todo. Quando os membros da equipe se sentem seguros e apoiados, eles estão mais propensos a cooperar, a colaborar e a se comprometer com os objetivos da empresa. Essas características são fundamentais para criar não apenas uma equipe eficiente, mas um legado de liderança sustentável, onde o cuidado com as pessoas é tão importante quanto os resultados financeiros.



5. A Necessidade de Priorizar o Bem-Estar do Time

No cerne da liderança eficaz está a compreensão de que o bem-estar do time deve ser uma prioridade indiscutível. Simon Sinek destaca que, em muitos contextos organizacionais, a pressão por resultados pode eclipsar as necessidades humanas fundamentais. Para que uma equipe funcione de maneira optimal, é imperativo que os líderes reconheçam que cada membro traz não apenas suas habilidades técnicas, mas também suas emoções, necessidades e desafios pessoais.

Investir no bem-estar da equipe não é um luxo, mas uma necessidade estratégica. Quando os colaboradores se sentem apoiados e valorizados, sua motivação e produtividade aumentam exponencialmente. Sinek utiliza exemplos de empresas que implementaram políticas de bem-estar, como horários flexíveis, programas de saúde mental e iniciativas de integração, para mostrar que essas ações não só melhoram a satisfação do empregado, mas também rendem retornos financeiros tangíveis para a organização.

Além disso, ao priorizar o bem-estar, os líderes constroem um ambiente onde a vulnerabilidade é acolhida. Isso não significa que a equipe deve ter sempre um estado emocional perfeito, mas sim que os líderes devem promover uma cultura onde os colaboradores se sintam seguros para expressar suas dificuldades e desafios. Nesse espaço seguro, a criatividade e



colaboração se fortalecem, pois os indivíduos se sentem encorajados a arriscar-se e inovar sem medo de represálias ou julgamentos.

Outro aspecto crucial é a conexão entre bem-estar e saúde mental. Sinek enfatiza que líderes que entendem a importância de cuidar da saúde emocional de seus colaboradores não apenas contribuem para a felicidade no local de trabalho, mas também reduzem a rotatividade e os custos relacionados a problemas de saúde. Programas de apoio psicológico, treinamento em habilidades emocionais e um diálogo aberto sobre saúde mental são apenas algumas das maneiras que os líderes podem mostrar o cuidado com suas equipes.

Por último, Sinek ressalta que priorizar o bem-estar do time é uma prática que deve ser cultivada continuamente. Não se trata de uma solução pontual, mas de um compromisso a longo prazo que deve permear a cultura da organização. Líderes devem ser modelos nesse aspecto, demonstrando a importância do cuidado pessoal e do equilíbrio entre vida profissional e pessoal. Quando os líderes se servem por último, colocando o bem-estar de suas equipes em primeiro lugar, eles não apenas transformam seus ambientes de trabalho, mas também moldam o futuro das organizações de maneira mais humana e sustentável.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

6. Liderança Sustentável: O Legado que se Deixa

A liderança sustentável é um conceito que transcende a mera eficácia imediata e se concentra na construção de um legado duradouro que impacta tanto a organização quanto a sociedade como um todo. Essa abordagem à liderança enfatiza a responsabilidade do líder não apenas pelos resultados financeiros, mas também pelo bem-estar de seus colaboradores, pela sustentabilidade ambiental e pela criação de uma cultura organizacional que priorize valores éticos e comunitários.

Líderes que praticam a liderança sustentável inspiram confiança e promovem um sentido de pertencimento entre suas equipes. Eles entendem que seu papel é preparar a próxima geração de líderes, garantindo que não só as metas atuais sejam alcançadas, mas que os princípios e práticas que guiam a organização sejam sólidos o suficiente para suportar os desafios futuros. Essa visão de longo prazo permite que as organizações sejam resilientes e adaptáveis, fundamentais em um mundo em constante mudança.

Um aspecto crítico da liderança sustentável é o foco no desenvolvimento humano. Isso significa investir tempo e recursos para capacitar os membros da equipe, promovendo um ambiente onde o aprendizado contínuo e a inovação são incentivados. Quando os líderes demonstram um compromisso genuíno com o crescimento pessoal e profissional de seus colaboradores,



eles não apenas melhoram a motivação e o desempenho, mas também criam uma cultura de confiança que ressoa em todos os níveis da organização.

Ademais, a liderança sustentável traz consigo um compromisso com a responsabilidade social. Isso implica que os líderes devem se envolver não apenas nas operações internas, mas também estar conscientes do impacto de suas decisões no meio ambiente e na comunidade. Um líder eficaz se preocupa com a herança que deixa para as futuras gerações, implementando práticas que respeitem os recursos naturais e que promovam a equidade social.

O legado deixado por uma liderança sustentável é palpável em várias dimensões: a satisfação dos colaboradores, a fidelidade dos clientes, a reputação organizacional e a capacidade de adaptação em face de crises. Essa abordagem não só promove uma performance sustentável dos negócios, mas também posiciona a organização como um farol de responsabilidade e ética no mercado. Em última análise, a verdadeira medida de sucesso para um líder não é apenas o que ele ou ela conquistou durante seu tempo no cargo, mas o impacto duradouro de suas ações na vida das pessoas ao seu redor e no mundo em que operam.

Em suma, a liderança sustentável é uma poderosa abordagem que redefine o que significa liderar. No centro dessa filosofia está a crença de que líderes

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

servem por último, colocando as necessidades de suas equipes e da sociedade à frente de seus próprios interesses. Esta mentalidade não apenas transforma organizações, mas também molda os líderes do futuro, que entenderão a importância de deixar um legado que valoriza a integridade, a empatia e a responsabilidade.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5 citações chave de Líderes Se Servem Por Último

1. Um verdadeiro líder é aquele que coloca o bem-estar de sua equipe em primeiro lugar.
2. A confiança é a base de qualquer relacionamento eficaz dentro de uma organização.
3. Líderes que se servem por último oferecem um exemplo de altruísmo e compromisso com o sucesso do grupo.
4. A verdadeira liderança deriva do serviço e da proteção dos outros, em vez da busca por poder e status.
5. Investir no desenvolvimento e na felicidade da equipe é o caminho para uma liderança sustentável e de longo prazo.





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