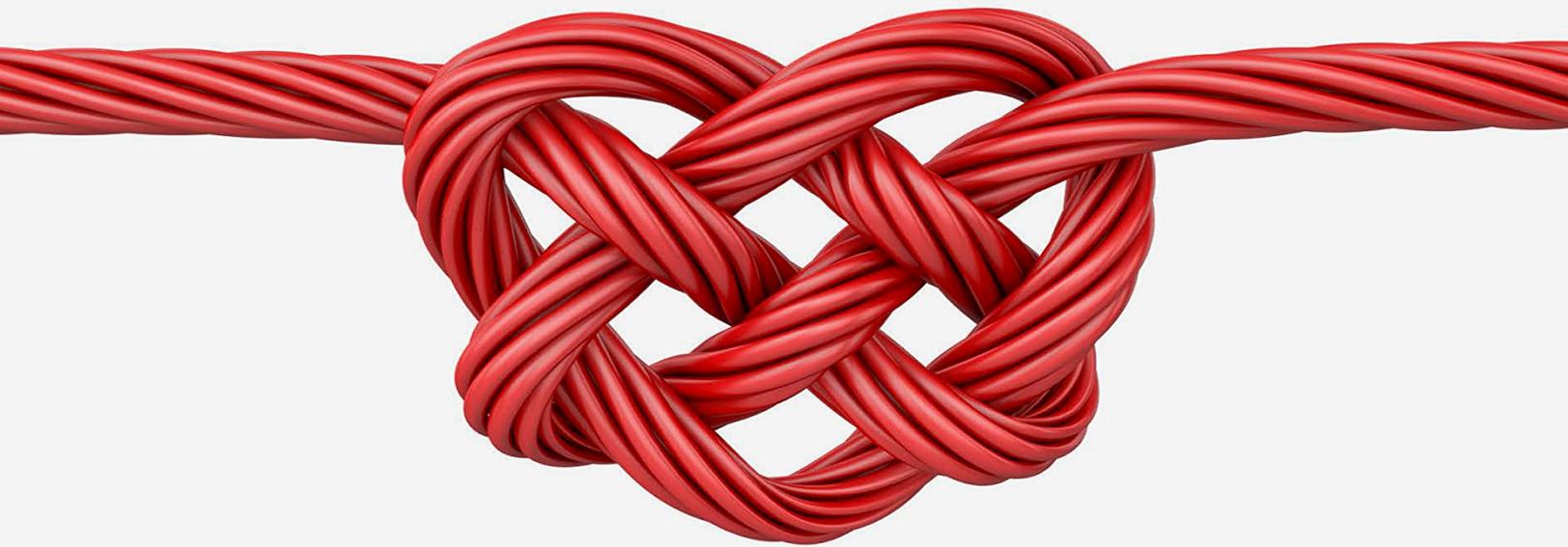


EDUARDO ZUGAIB

A REVOLUÇÃO DO POUQUINHO



PEQUENAS ATITUDES PROVOCAM
GRANDES TRANSFORMAÇÕES

DVS
EDITORA

Resumo de A Revolução do Pouquinho. Pequenas Atitudes Provocam Grandes Transformações

O livro apresenta uma forma eficiente para realizarmos as mudanças necessárias em nossas vidas. Logo de início, o autor desmistifica soluções aparentemente fáceis, como aproveitar a virada do ano para listar nossos objetivos e passarmos, de uma hora para outra, a agir da maneira como gostaríamos.

Para Zugaib, as famosas promessas de ano-novo não dão certo e, como você já deve ter descoberto por experiência própria, ele está certo. Como então podemos conduzir as verdadeiras mudanças em nossas vidas?

O método apresentado no livro mostra que as verdadeiras revoluções são feitas em pequenas partes. É preciso incorporar pequenas atitudes à rotina para que, aos pouquinhos, torne-se possível atingir objetivos maiores. “Aquele mau hábito que temos e que precisamos eliminar, ou o bom hábito que desejamos conquistar e consolidar em nossas vidas, entre eles o hábito da motivação, tornam-se objetivos muito mais atingíveis quando optamos pelo pequeno compromisso diário de mudança, cumprindo-o com determinação, sem concessões”, explica o autor.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)