

52 ESTRATÉGIAS PARA DESENVOLVER SUAS HABILIDADES

O  
SEGREDO DO  
TALENTO

DANIEL  
COYLE



SEXTANTE

# Resumo de O Segredo do Talento. 52 Estratégias Para Desenvolver Suas Habilidades - Volume 1

“Amparado por dados científicos e brilhante por sua simplicidade, este livro é um manual para desenvolver a excelência.” – Charles Duhigg, autor de O poder do hábito Quando vemos alguém se destacar em determinada área, logo pensamos que a pessoa já nasceu com um dom para aquela atividade.

Mas será que só isso explica o talento? É possível aprimorá-lo sem fazer esforço? O que você pode fazer para melhorar? Pensando nessas questões, Daniel Coyle visitou e pesquisou inúmeras incubadoras de talentos mundo afora.

Investigou as técnicas utilizadas por elas, entrevistou instrutores competentes, associou isso a informações sobre como a mente funciona e chegou à conclusão de que todos têm talentos, mas poucos sabem como desenvolvê-los.

Para organizar todas as informações cientificamente comprovadas obtidas nessa pesquisa, o autor formulou 52 dicas simples e diretas para que qualquer pessoa desenvolva habilidades, seja qual for a sua área — artística, empresarial, esportiva, etc.

Embora a neurociência por trás desse assunto seja complexa, ela parte do princípio básico de que pequenas ações, repetidas ao longo do tempo, podem gerar grandes mudanças e tornar seu cérebro mais rápido.

Conheça algumas dicas: é melhor praticar cinco minutos por dia do que uma hora por semana esteja disposto a fazer papel de bobo invente desafios inteligentes e viciantes dê preferência à simplicidade termine sua prática com algo positivo pare antes de ficar exausto guarde as grandes metas em segredo.

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