

# How to Put Habits into Daily Practice

**Bagaimana Melatih kebiasaan-Kebiasaan Positif dalam kehidupan sehari-hari**



**Coach Wahyu Purnomo**  
**Sales Coach & Sales Trainer Specialist**

# Coach Profile



**Wahyu Purnomo**

Member of



- Penulis, Certified Profesional Coach, & Sales Trainier Spesialis
- 15 Tahun sebagai Profesional di Dunia Sales & Marketing, dengan memulai karirnya dari dasar sebagai Sales Spreading, sales Canvasser, dan Sales Horeka di berbagai macam chanel penjualan dengan Posisi Terakhir Sebagai Regional Sales Manager di Salah satu Perusahaan Multinasional di Indonesia
- Pernah menjabat sebagai Branch Manager yang ditugaskan di beberapa Kota di Indonesia serta berpengalaman dalam meningkatkan penjualan cabangnya naik sampai 100 % dan pernah mencapai rekor penjualan Produk IT kurang dari 1 tahun
- Certified Profesional Coach (CPC) berstandarkan **ICF (International Coach Federation)**
- Member Aktif dalam ICF Jakarta Charter
- Business Coaching Workshop & Certification
- Founder, & Director **SynergyCoach Indonesia**

# 4 Pesan Penting Untuk mendapatkan Manfaat yang Luar biasa di Program Training Ini...



# 1. Matikan/Silent HP atau alat komunikasi lainnya





## 2. Kosongkan Gelas Anda



**Empty your cup  
so that it may be filled  
"Kosongkan cangkirmu  
agar bisa di isi"**

### 3. It is an Interactive Training



**Lets be Fun & Active...**

# 4. Kenali cara Belajar Anda



Lets Start the FUN time Begin !!!





# Lets Talk about a word

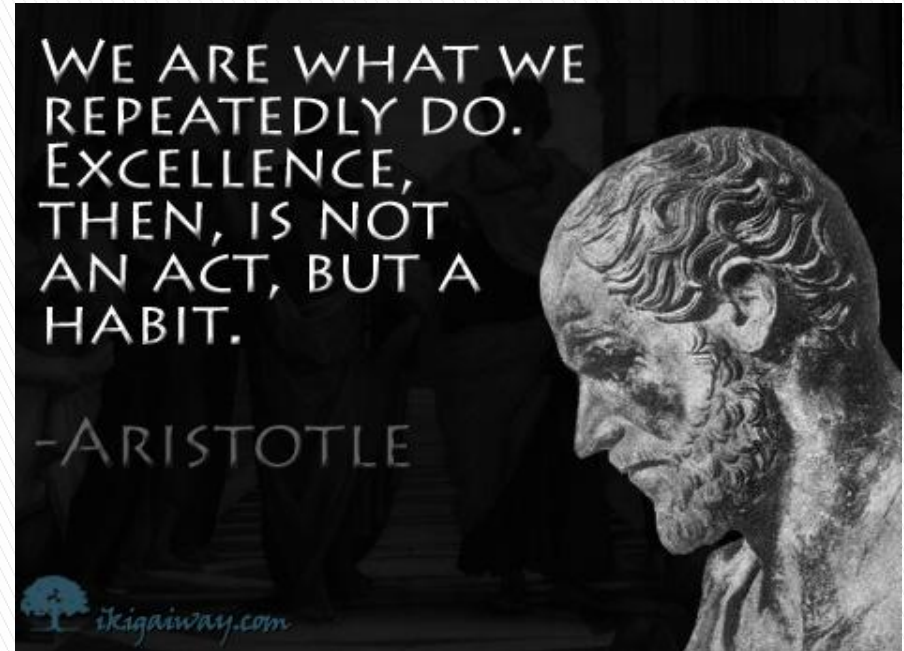
## “Habit”



**Kebiasaan/ Habit Adalah Action yang dilakukan berulang-ulang**

# Aristotle mengatakan :

*“Kita adalah apa yang kita lakukan berkali-kali dan hal baik bukan sebuah tindakan tetapi sebuah kebiasaan”*



**Memahami pentingnya membentuk Habit menjadi sangat penting dan mempengaruhi kesuksesan setiap orang**

## Beberapa Fakta Penting mengenai “Habit”



*1. “Melakukan Kebiasaan Buruk Selalu bisa di lakukan dengan lebih mudah daripada melakukan Kebiasaan Baik ”*

## Beberapa Fakta Penting mengenai “Habit”



*2. Kebiasaan yang terbentuk selalu berhubungan dan dipengaruhi oleh Lingkungan sekitar*



## Beberapa Fakta Penting mengenai “Habit”

3. Kebiasaan bisa terbentuk ketika diri kita **“MENGIZINKANNYA”** untuk menjadi Kebiasaan



## Beberapa Fakta Penting mengenai “Habit”

*4. Menciptakan Habit selalu dibutuhkan **“ENERGY”**, Dan Energy tersebut Harus **Diciptakan***



## 5 Cara Efektif Melatih Kebiasaan dalam kehidupan Sehari-hari



# ***1. TETAPKAN TUJUAN AKHIR ANDA***





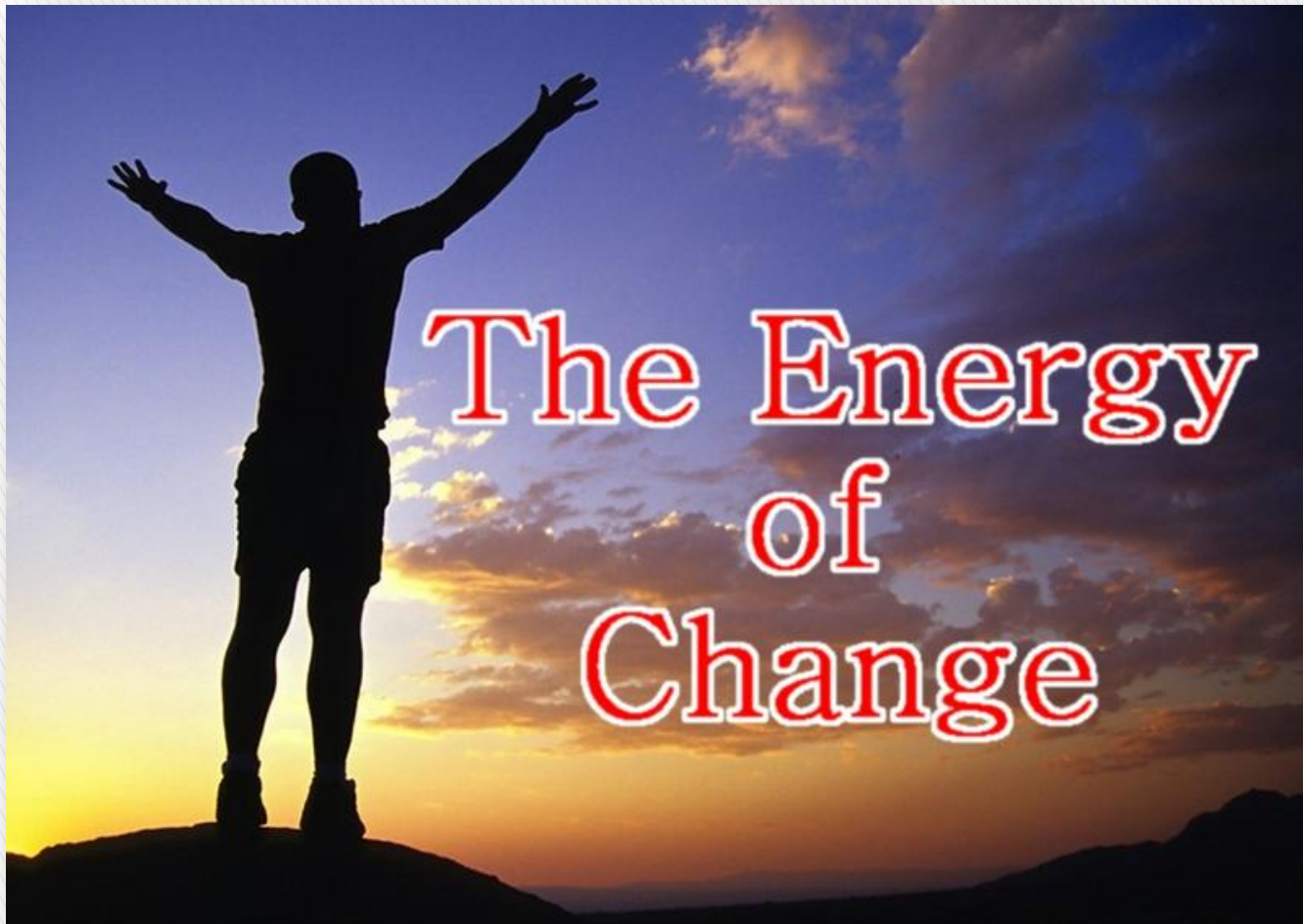
## ***2. BERORIENTASI PADA HASIL .....***



### ***3. CARI TEMAN DENGAN INTEREST YANG SAMA***



## ***4. LATIH DIRI DENGAN LIST VISUAL***



## **5. MILIKI ENERGY PERUBAHAN**





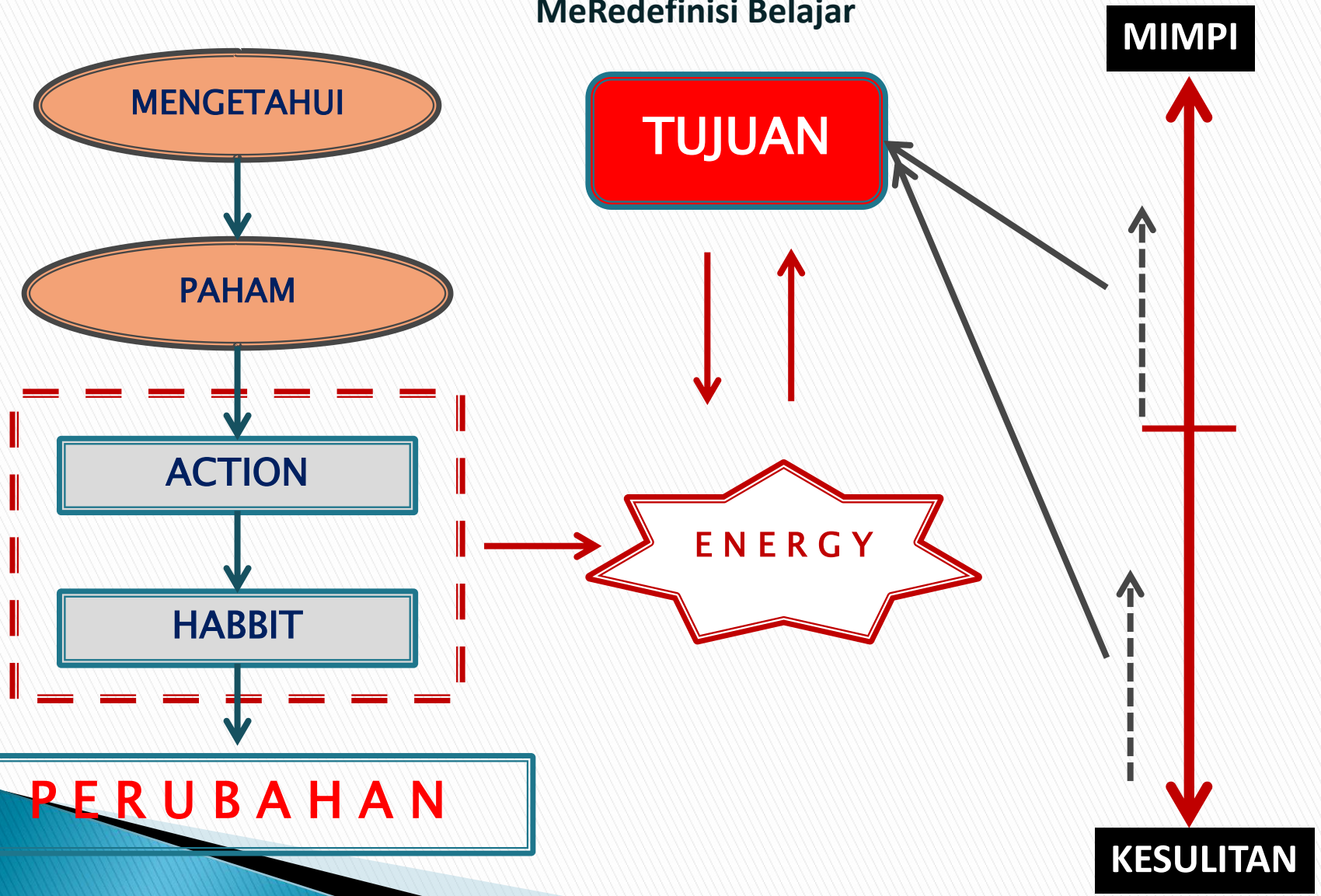
## 4 Cara Efektif Melatih Kebiasaan dalam kehidupan Sehari-hari

- 1. Tetapkan Tujuan Akhir Anda***
- 2. Berorientasi Pada Hasil***
- 3. Cari Teman dengan interest yang sama***
- 4. Latih diri dengan List Visual***
- 5. Miliki Energy Perubahan***



# Re-Definition of Learning

MeRedefinisi Belajar



# YESSS..... It's a Sharing Session...



[www.wahyu-purnomo.com](http://www.wahyu-purnomo.com)  
[www.synergycoachindonesia.com](http://www.synergycoachindonesia.com)



Facebook : [facebook.com/wahyu.purnomo.142](https://facebook.com/wahyu.purnomo.142)

Twitter : Wahyoe\_purnomo



EOF