



ADI BARBOSA

TEORIA DA PIRÂMIDE DOS OBJETIVOS

PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO HUMANO ORIENTADO A RESULTADOS



ANÁLISE DA TÉCNICA PSC

Aluno: _____

Início em: ____/____/____



O Interesse no Planejamento Pessoal

O interesse pelo planejamento pessoal tem incentivado pessoas a procurarem ferramentas de auto conhecimento e técnicas para encontrarem equilíbrio entre pensamento, sentimento e comportamento, a fim de se aproximarem de seus objetivos, que no final é ter saúde e felicidade.



Fonte da imagem <http://www.teo-movement.org/>



Fonte: Workshop O Segredo na Prática
Desenvolvimento Pessoal e Profissional Teoria da
Pirâmide dos Objetivos Processo de Desenvolvimento
Humano Orientado a Resultados

ACESSO vídeo do curso desta apostila

<http://www.adibarbosa.com/tecnica-psc/>



INSPIRADO NO FILME O SEGREDO

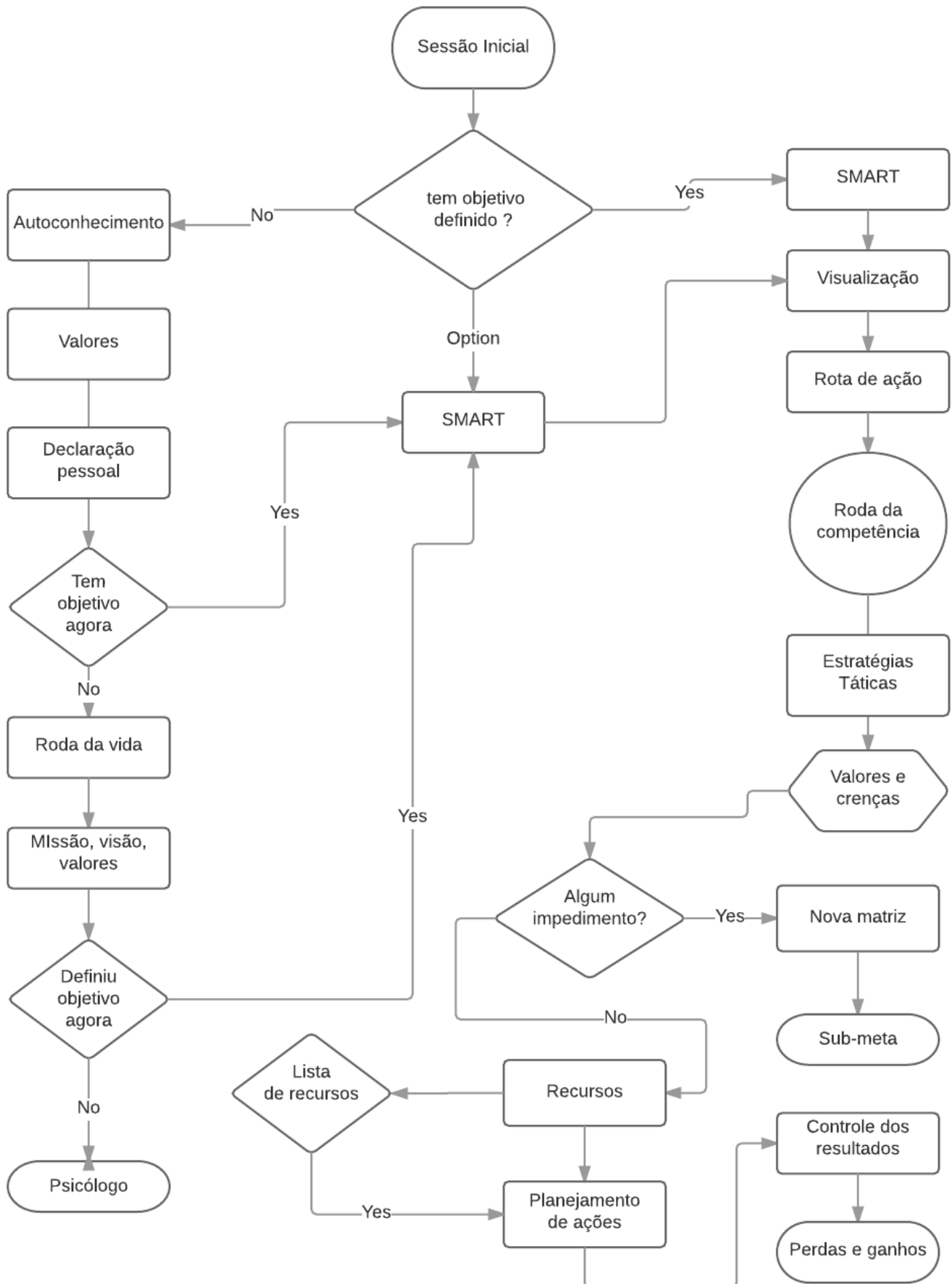
- A criação da Teoria da Pirâmide dos Objetivos foi inspirada no filme o Segredo (2006 The Secret da autora Rhonda Byrne) e adaptada, usando como essência o princípio de que nós podemos criar, controlar e destruir. Incluí ferramentas técnicas que são aplicadas nos estudos da programação neurolinguística, psicologia positiva e neurociência. O estudo da teoria completa (o método) é ensinado como no processo de coaching para a vida.



- Através do Planejamento Estratégico Pessoal irei orientar sobre como aplicar a **Técnica PSC** para definir objetivos, traçar metas, identificar habilidades, estratégias, táticas, medir crenças, valores, verificar viabilidade e ter controle dos resultados, para alcançar interesses no aspecto do ser, fazer ou ter, seja dinheiro, felicidade, saúde, riqueza, conforto, segurança, sucesso pessoal ou profissional. “*Você pode escolher o que desejar*”. Não há limites.



FLUXOGRAMA DO CURSO COMPLETO v.1.3.7





ROTEIRO DO ESTUDO PROPOSTO

O roteiro elaborado é com foco no estudo e na prática da **Técnica PSC**, portanto, aqui não foi incluído o MÉTODO completo, mas a Técnica PSC em si, somada há outras técnicas, tem como objetivo orientar sobre como definir e alcançar quaisquer objetivos.

Visão da jornada (o caminho):

1. Técnica SMART
2. Técnica da visualização
3. Rota da imaginação
4. Roda de competências
5. Identificando habilidades
6. Estratégias e táticas
7. Crenças e valores
8. Análise de viabilidade e riscos
9. Lista de recursos
10. Primeiras ações
11. Controle dos resultados
12. Técnica perdas e ganhos



TÉCNICA S.M.A.R.T

S.M.A.R.T é uma sigla inglês que, em nosso estudo, servirá como um check-list para situações de diagnóstico e viabilidade para definir objetivo.

Portanto, *seja realista ao fazer sua escolha.*

S = SPECIFIC = ESPECÍFICA

Significa que o objetivo deve ser específico, claro e bem definido. Pode ter números exatos, é preciso ser declarado no positivo, concentrando-se no que você quer e não no que você não quer. A dica é que cada objetivo comece com VERBO DE COMANDO. Por exemplo: Alcançar o peso ideal de 75 quilos até 31 de dezembro de 2016.

M = MEASURABLE = MENSURÁVEL

Recurso utilizado para acompanhar o desempenho durante o processo de execução. Por exemplo, eu peso 55kg e quero chegar a 75 quilos até o dia 31 de dezembro de 2016. Supondo que a declaração tenha sido feita no dia 31 de junho de 2016, eu tenho 6 meses para alcançar meu objetivo. Neste exemplo, preciso engordar 20kg em 6 meses, logo, uma média de 3,33kg por mês, 111 gramas por dia. Então o mensurável é o controle. Como vou saber se estou indo em direção do meu objetivo? Como vou medir?

A = ATTAINABLE = ATINGÍVEL, REALISTA

Isto significa que ao definir seu objetivo o mesmo precisa ser alcançável. Caso defina um objetivo não seja atingível, alcançável, o que pode se conseguir é desmotivação, frustrações e resultados fracassados.

R = RELEVANT = RELEVANTE

Ao definir um objetivo as ações a serem executadas precisam ser relevantes. Você pode se perguntar: - Qual é a importância deste objetivo em sua vida? Se seu objetivo tem pouca importância ele pode não ser realizado, não tem desafio. O que te motiva ir a diante? Qual é a importância dele de 1 a 10?

T = TIME-BOUND = TEMPO

Todo e qualquer objetivo precisa de um prazo para ser concluído. Se não existe uma data para chegar lá, a mente conclui que não há prioridade e não havendo prioridade não há comprometimento. Sem resultados.



S	Especifique seu objetivo com clareza de PRÓPOSITO e no positivo:
M	Seu objetivo pode ser realmente alcançado? Como vai medir?
A	Seu objetivo é realista? É realmente viável?
R	O quanto seu objetivo é relevante? Descreva a importância dele?
T	Em quanto tempo pretende alcança-lo?



VISUALIZAÇÃO

William Walker Atkinson (1862-1932) fez a seguinte citação:

“O processo fundamental na criação da atmosfera mental, reside no que chamamos de ‘visualização’. A visualização é, simplesmente, a criação de uma imagem clara da coisa desejada e seu aperfeiçoamento diário, de modo a mantê-la praticamente tão nítido quanto ela própria. A visualização tende então a se materializar. Em outras palavras, ela começa a reunir à sua volta as condições materiais que correspondem ao quadro mental. As palavras são o ponto em torno do qual se formam as imagens mentais visualizadas, as quais compõem o quadro em que se formam as condições materiais reais. O que é necessário fazer, na visualização, é levar a imaginação positiva a ver e sentir a coisas como já existindo verdadeiramente. Pela prática constante e pela meditação, a atmosfera mental então se forma, e o resto é apenas uma questão de tempo.”

DA PREPARAÇÃO

- Processo de respiração

Exercício de respiração em 4 tempos: inspire pelas narinas em 4 segundos, prenda o pulmão cheio de ar durante 4 segundos, expire pelas narinas durante 4 segundos e fique com os pulmões sem ar durante 4 segundos. Faça este ciclo 5 vezes.

- Relaxamento

Ver vídeos sugeridos na área do curso para entrar em estado de relaxamento. Se desejar, você pode acessar o Youtube e escolher um de sua preferência.

- Qual é a ideia?

É importante que visualize já ter alcançado o objetivo. Você terá que ter fé, sentir confiança absoluta que se é possível imaginar, é possível realizar. Já entendemos o Poder da união da mente com a emoção e o que deve ser feito é o seguinte: ver (mente) sentir (emoção) e se comportar (ação) como tal, como se já tivesse alcançado aquilo que você quer. *Você consegue!*

- Quadro da visão

Crie seu quadro da visão deixando visível aquilo que deseja alcançar ou que lembre você constantemente da sua intenção. Representa: *“EU ESTOU A CAMINHO”*.



ROTA DA IMAGINAÇÃO



Rota da visualização

“A imaginação é mais importante que o conhecimento.” Einstein

Explicado no vídeo do curso on-line.

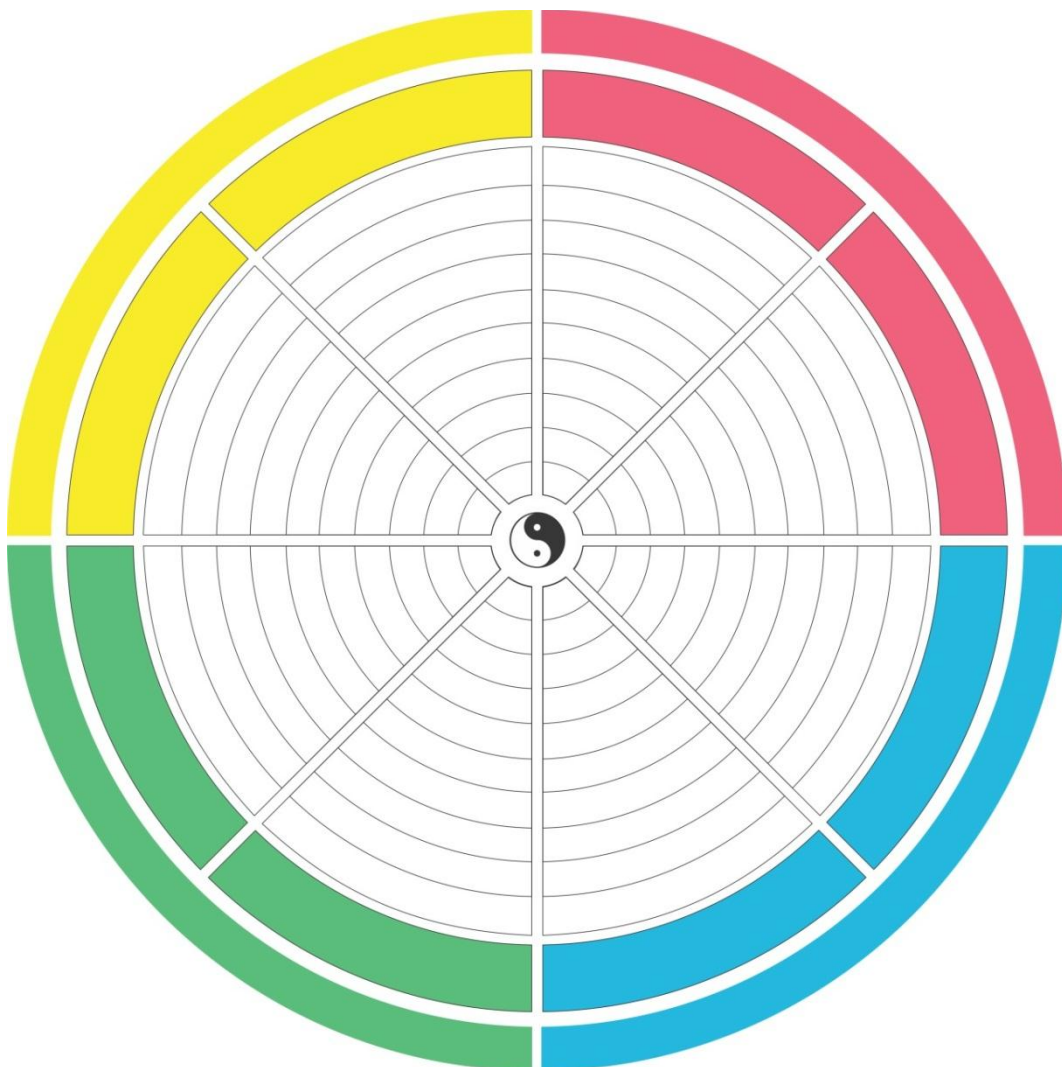


RODA DE COMPETÊNCIAS

A RODA DE COMPETÊNCIAS consiste em mapear 8 habilidades que você acredita ser necessárias para alcançar seu objetivo. Quais competências ou habilidades são necessárias para alcançar o objetivo definido?

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

Marque de 1 a 10 seu grau de habilidade:





1 – Você acredita que as competências requeridas estão em harmonia com as habilidades que você já possui? Se não, descreva a seguir quais faltam ser desenvolvidas ou aprimoradas:

2 – Qual é a competência que se você der maior atenção no início do processo irá ajudá-lo a seguir o caminho com mais confiança?

3 – Qual é a outra competência que você acredita que se for desenvolvida ou aprimorada vai alavancar todas as demais? Justifique porque.

4 – Que tal reorganizar as competências em ordem de prioridade, importância ou valor?



ESTRATÉGIAS E TÁTICAS

Estratégias e táticas referem-se a descoberta das perguntas: - O que fazer e Como fazer? Nesta fase do processo descreva livremente todas as possibilidades sobre o que fazer e, na sequência, organize na melhor ordem, o como fazer.

Estratégias – O QUE FAZER?

Opção 1

Opção 2

Opção 3

Opção 4



Táticas – COMO FAZER?

Opção 1

Opção 2

Opção 3

Opção 4

Opção 5

OBS: Ao descrever as opções **Como fazer** você pode ir avaliando como esta se sentindo diante de cada resposta obtida (como se sente ao definir cada possibilidade?) Pode adicionar + ou – no final de cada anotação ou descrever um sentimento (**bom ou ruim**) que passa na sua mente no instante em que pensa.



CRENÇAS E VALORES

Crença nada mais é que expressar aquilo que nós acreditamos, seja positivo ou negativo. Valores são QUALIDADES que desenvolvemos durante a evolução da nossa vida.

Comece expressando suas crença positiva de modo que possa penetrar na 2ª ou 3ª camada de cada pergunta, isto é, tente ser um pouco mais profundo na sua resposta. Não aceite a 1ª resposta como verdadeira.

PONTOS POSITIVOS

- Por que você acredita que merece atingir o objetivo desejado?

- O que você ganha quando chegar lá? Quem mais ganha?

- Por que alcançar este objetivo é importante? O que te motiva ir adiante?



PONTOS NEGATIVOS

- O que te impede (quais coisas, situações, circunstâncias ou pessoas) de ver seu objetivo realizado agora?

- O que poderia dar errado ou te atrapalhar durante a jornada?


- Se alguma coisa desse errado você saberia como resolver? O que pode ser feito para resolver ou eliminar aquilo te atrapalha agora?

Anotações complementares:



ANÁLISE DE VIABILIDADE E RISCOS

Nesta fase de análise preliminar de diagnóstico é importante verificar se as habilidades atuais estão em harmonia com as habilidades requeridas? Outro fator de risco que pode atrapalhar de não alcançar o objetivo pode ter aparecido nas respostas de crenças e valores? Resuma as anotações aqui e verifique se pode ir adiante ou não? Problema com as crenças? Nova MATRIZ? Com se sente?

	Riscos (em vermelho)	O que pode ser feito?
Objetivo Ele realmente é viável? Ver SMART		
Habilidades requeridas Ver RODA DE COMPETÊNCIAS		
Pontos positivos e negativos Ver CRENÇAS E VALORES		



LISTA DE RECURSOS

Os recursos internos podem ser os recursos da alma ou internos de local. Já os recursos externos podem ser ações pessoais (serão mapeadas mais adiante) ou recursos que visam prepará-lo para ir em direção ao seu objetivo final.

Precisa de quais recursos internos?	Precisa de quais recursos externos?

Existe algo em RECURSOS que pode comprometer seu objetivo?

Se sim, qual, por que, como resolver?



PRIMEIRAS AÇÕES

Aqui estabelece as ações a serem realizadas em prol de ir na direção do objetivo. As ações foram definidas no instante em que estudamos **o que fazer o como fazer**. Agora escreva as ações COMO FAZER em ordem de ação, incluindo também o QUANDO FAZER.

ORDEM DAS AÇÕES	DATA DAS AÇÕES

OBS: Se o planejamento é anual, é ideal dividir o objetivo em metas. Analise a matriz e defina as metas menores. Você pode organizar em meses, semanas, dias e horários. **Estamos criando AGENDA ESTRATÉGICA com foco em PLANEJAMENTO ANUAL.**



CONTROLE DOS RESULTADOS

Verifique diariamente ou regularmente se está cumprindo com as metas apresentadas na proposta de realização, isto é, **PRIMEIRAS AÇÕES** e, caso encontre problemas, anote e verifique o que pode ser feito para resolver.

*O problema pode estar relacionado ao pensamento, sentimento ou comportamento, conforme será explicado no estudo da **Técnica PSC** mais adiante.*

Anote em uma agenda o controle dos resultados diários, semanais, mensais ...

ANOTE MESMO! INCLUINDO SENTIMENTOS E SENSACIONES.

- COMO ESTÁ SE SENTINDO DURANTE O PROCESSO? ANOTE!



PERDAS E GANHOS

A técnica PERDAS E GANHOS é uma ferramenta usada no processo de Coaching e é bem simples de ser aplicada.

<p>(motivadores – prazer)</p> <p>O que você ganha se alcançar seu objetivo?</p>	<p>(sabotadores – dor)</p> <p>O que você perde se alcançar seu objetivo?</p>
<p>(sabotadores – prazer)</p> <p>O que você ganha se NÃO alcançar seu objetivo?</p>	<p>(motivadores – dor)</p> <p>O que você perde se NÃO alcançar seu objetivo?</p>



TÉCNICA PSC

O presente documento incorpora duas técnicas: a análise PSC e a verificação de risco. Seu objetivo é oferecer um estudo de viabilidade de seguir adiante com a proposta de realizar um objetivo que pode envolver a natureza de: SER, FAZER ou TER. Pode ser aplicado no desenvolvimento pessoal ou profissional, sendo uma técnica de diagnóstico da situação atual com objetivo de chegar à situação desejada. A técnica foi desenvolvida por Adi Barbosa como uma proposta de um estudo que envolve o pensamento (habilidades, estratégias e táticas), o sentimento (crenças e valores) e o comportamento (proposta de realização ou plano de ação), incluindo ainda a análise de risco e controle dos resultados.

O que é?

A técnica de análise PSC integra a metodologia de planejamento pessoal e profissional da Teoria da Pirâmide dos Objetivos. A aplicação da técnica pode ocorrer em situações de diagnóstico, viabilidade e verificação de risco. Isto significa que seu estudo permite fazer essas análises antes mesmo de planejar e executar o plano de ação. É uma ferramenta facilitadora no diagnóstico de traçar objetivos pessoais e profissionais, mas já estamos estudando e elaborando um modelo para aplicação em empresas.

O modelo proposto por Adi Barbosa é a "formulação de estratégia, táticas e controle dos resultados", observado as habilidades atuais, requeridas, crenças, valores e proposta de realização. A sigla PSC é um acrônimo formado pelas palavras do idioma português: **P**ensamento, **S**entimento e **C**omportamento.

Na análise da capacidade interna buscam-se identificar a capacidade do pensamento de expor habilidades, estratégias e táticas, já no sentimento, busca-se fazer análise sobre crenças e valores e, quanto ao comportamento, identificamos a habilidade de planejar e executar o plano de ação. Inclui ainda a análise de risco.

FIGURA 1 - Elementos integrantes do diagnóstico

Habilidades atuais	Habilidades requeridas
As estratégias	As táticas
Pontos positivos	Pontos negativos



As habilidades atuais são aquelas que o candidato possui e que acredita que são necessárias para alcançar seu objetivo. As habilidades requeridas são aquelas que o candidato acredita que precisa ter para estar qualificado para alcançar o objetivo final. As estratégias são respostas da pergunta: - o que pode ser feito e as táticas são respostas da pergunta: - como pode ser feito. Esses quatro fatores estão relacionados ao pensamento. Os pontos positivos referem-se às crenças e valores que o candidato possui e o fortalece a para alcançar seu objetivo. Os pontos negativos referem-se às ameaças ou impedimentos que o candidato aponta antes de ver seu objetivo alcançado. Esses dois fatores estão relacionados a natureza emocional.

FIGURA 2 - Elementos integrantes da execução

Proposta de realização	Lista de recursos
Primeiras ações	Controle dos resultados

A proposta de realização refere-se ao planejamento de ações. Nesta fase é preciso organizar o tempo necessário que será investido para alcançar o objetivo, listar recursos internos ou externos e anotar as primeiras ações. Se o objetivo for anual, o candidato pode organizar metas a serem alcançadas em prazos menores, podendo dividir o período anual em: semestral, mensal, semanal e diário. O controle dos resultados refere-se no acompanhamento que o candidato deve fazer para ver se o que esta sendo feito está indo de encontro com o objetivo. Este controle ainda verifica se as ações realizadas estão conseguindo alcançar a meta apresentada na proposta de realização. Esses dois fatores estão relacionados ao comportamento. A figura 3 descreve todos os aspectos da técnica.

FIGURA 3 - Elementos integrantes da Técnica PSC

ANÁLISE INTERNA	
DAS CARACTERÍSTICAS	
HABILIDADES ATUAIS	HABILIDADES REQUERIDAS
Descreve aqui as habilidades que já possui <ul style="list-style-type: none">• A• B• C	Descreve aqui as habilidades necessárias <ul style="list-style-type: none">• D• E• F
DO PLANEJAMENTO	
AS ESTRATÉGIAS	AS TÁTICAS



- O que pode ser feito?		Como pode ser feito?	
<ul style="list-style-type: none"> • A • B • C 		<ul style="list-style-type: none"> • A • B ou • C 	
CRENÇAS E VALORES			
PONTOS POSITIVOS		PONTOS NEGATIVOS	
Justifique aqui porque acredita que merece ou tem condições de alcançar o objetivo?		O que te impede neste momento de ver o objetivo alcançado?	
PROPOSTA DE REALIZAÇÃO			
Refere-se à análise do prazo necessário que será investido para alcançar o objetivo. Se o objetivo for anual, aqui o candidato organiza metas a serem alcançadas em prazos menores, podendo dividir o período em semestral, mensal, semanal e diário. Conforme exemplo abaixo.			
LISTA DE RECURSOS		PRIMEIRAS AÇÕES	
Precisa de quais recursos internos?		Descreva ação + data	
Precisa de quais recursos externos?		Descreva ação + data	
Objetivo anual	Atividades do mês	Atividades da semana	Atividades diárias
JAN FEV MAR ABR MAI JUN	MÊS JAN	SEMANAS 1a semana 2a semana 3a semana 4ª semana	DIAS 2a feira 3a feira 4a feira 5ª feira 6ª feira
ANÁLISE EXTERNA			
CONTROLE DOS RESULTADOS			
O controle dos resultados tem como objetivo verificar se as ações realizadas estão conseguindo alcançar a meta apresentada na proposta de realização.			

A título de exemplificação, sem intenção de esgotar os campos de investigação, estão listados na Figura 4, a seguir, itens que devem ser verificados ao se formular as habilidades para se tornar um escritor famoso.

FIGURA 4 – Investigando as habilidades requeridas para ser escritor

DAS CARACTERÍSTICAS	
HABILIDADES ATUAIS	HABILIDADES REQUERIDAS



<p>Descreve aqui as habilidades que já possui</p> <ul style="list-style-type: none"> • . • . • . • . • . • . • . • . • . 	<p>Descreve aqui as habilidades necessárias</p> <ul style="list-style-type: none"> • É criativo? • Sabe escrever bem? • Tem conhecimento técnico? • Tem conhecimento teórico? • Tem um ambiente adequado? • Sabe realizar pesquisas? • Consegue visualizar as cenas? • Tem contato com editoras? • Tem dinheiro p/ investir?
---	---

A sugestão é que comece escrevendo sobre as habilidades requeridas para alcançar o objetivo e, posteriormente, liste as habilidades que já possui.

Aplicação

A aplicação consiste em preencher todos os campos do formulário de análise PSC para verificar a viabilidade, criar a proposta de realização e posteriormente medir os resultados.

QUADRO 1 - Análise da Técnica PSC aplicada ao Objetivo Pessoal

OBJETIVO: Ser um Escritor Famoso - Comprometimento 9,5

Data de lançamento do livro: 17/01/2017

ANÁLISE INTERNA	
DAS CARACTERÍSTICAS	
HABILIDADES ATUAIS	HABILIDADES REQUERIDAS
<p>Descreve aqui as habilidades que já possui</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sou criativo • Tenho conhecimento técnico • Tenho conhecimento teórico • Tenho um ambiente adequado • Sei realizar pesquisas • Consigo visualizar cenas • Tenho contato com editoras • Sei criar personagens 	<p>Descreve aqui as habilidades necessárias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser criativo • Saber escrever bem • Ter conhecimento técnico • Ter conhecimento teórico • Ter um ambiente adequado • Saber realizar pesquisas • Conseguir visualizar as cenas • Ter contato com editoras • Ter dinheiro para investir • Saber criar personagem
DO PLANEJAMENTO	
AS ESTRATÉGIAS	AS TÁTICAS



<p>- O que pode ser feito?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Um livro de ficção espacial onde seres de outro planeta invadem a terra. • Preciso fazer um curso para aprender dominar a língua portuguesa. • Farei uma análise dos meus rendimentos para descobrir onde reduzir gastos durante um ano. 		<p>Como pode ser feito?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vou escrever pelo menos 6 páginas por semana. • Farei a pesquisa e inscrição de um curso de português via internet. • Pretendo economizar R\$ 300,00 por mês durante o período de um ano e arrumar uma atividade extra com remuneração mensal de R\$ 500,00. 	
CRENÇAS E VALORES			
PONTOS POSITIVOS		PONTOS NEGATIVOS	
<p>Justifique aqui porque acredita que merece ou tem condições de alcançar o objetivo?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sou uma pessoa comprometida com meus objetivos e acredito que tenho talento e criatividade para expor minhas ideias. • Acredito que minha história pode tornar-se um filme de cinema. • Meu livro pode transformar vidas quando o assunto é o entendimento sobre vida em outros planetas. 		<p>O que te impede neste momento de ver o objetivo alcançado?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Falta de tempo. • Insegurança. • Falta de dinheiro para iniciar o curso de português. • Saber escrever bem. • Ter o livro pronto. 	
PROPOSTA DE REALIZAÇÃO			
<p>Refere-se à análise do prazo necessário que será investido para alcançar o objetivo. Se o objetivo for anual, aqui o candidato organiza metas a serem alcançadas em prazos menores, podendo dividir o período em semestral, mensal, semanal e diário. Conforme exemplo abaixo.</p>			
LISTA DE RECURSOS		PRIMEIRAS AÇÕES	
<p>Precisa de quais recursos internos? - Tenho fé - Comprometimento</p> <p>Precisa de quais recursos externos?</p>		<p>Escrever no final de semana + data</p> <p>Pesquisar curso na internet + data</p> <p>Economizar dinheiro + data</p>	
Objetivo anual	Atividades do mês	Atividades da semana	Atividades diárias
JAN FEV MAR ABR	MÊS JAN Escrever nos finais de semana. Pesquisar curso	SEMANAS DE FEV 1a analisar redução de gastos e ver quanto posso	DIAS DA 1ª SEMANA FEV 2a dedicar 2h para analisar redução de



MAI	na internet.	economizar?	gastos.
JUN	MÊS FEV	2a Descobrir o que	3a dedicar 2h para
JUL	Economizar	pode ser feito para	analisar redução de
AGO	dinheiro	aumentar meus	gastos.
SET	Procurar uma	rendimentos.	4a dedicar 2h para
OUT	atividade extra.	3a Pesquisar	analisar redução de
NOV	MÊS MAR	material de apoio	gastos.
DEZ	Iniciar o curso de	que pode me ajudar	5ª dedicar 2h para
	português e	nos estudos.	analisar redução de
	dedicar 2h por	4ª semana	gastos.
	dia nos estudos.	Estar trabalhando e	6ª tomar uma
		economizando	cerveja.
		dinheiro.	
ANÁLISE EXTERNA			
CONTROLE DOS RESULTADOS			
Vou verificar diariamente se estou cumprindo com as metas apresentadas na proposta de realização e, caso encontre problemas, vou verificar o que posso fazer para resolvê-los.			

Verificação de risco

É muito importante verificar, na fase de análise preliminar de diagnóstico, se as habilidades atuais estão em harmonia com as habilidades requeridas. Caso não estejam em harmonia, é preciso traçar objetivos menores para estar qualificado no plano de execução. Neste caso, pode-se preencher outra matriz para traçar os objetivos menores. Vamos fazer uma suposição. Uma pessoa quer ser escritor, mas ela identifica que não sabe escrever bem, então dificilmente conseguirá encontrar uma editora que aceite seu livro e, como consequência, o sonho de ser escritor famoso “vai por água abaixo”. Então este é um risco. Identificando o risco, pode-se preencher outra matriz, isto é, preenche-se uma nova folha agora incluindo como resolver o problema menor que, neste exemplo, refere-se a aprender escrever...

Outro fator de risco pode aparecer na análise de crenças e valores. A pessoa acredita e justifica os motivos do porque merece alcançar seu objetivo (pontos positivos), mas ao fazer uma análise sobre o que a impede de ver seu objetivo alcançado, apresenta pontos negativos que precisam ser superados. Por exemplo, a pessoa escreveu que o que a impede é a insegurança ou o medo de fazer e dar tudo errado. Aqui é preciso questionar usando o POR QUE. O por que trará a justificativa que deverá ser analisada, descobrindo-se então se o medo refere-se a falta de habilidade ou provém de algum outro fator interno / externo. É possível buscar soluções para



resolver o problema e este deve ser solucionado antes de montar a proposta de realização.



Aplicação

1º Passo – Identificação dos pontos positivos e negativos - a partir dos Pontos Positivos Negativos que representam Forças e Fraquezas na análise PSC, a pessoa deverá analisar se será necessário ou não elaborar uma nova matriz que o auxilie a resolver as ameaças identificadas.

2º Passo – Análise do risco - a análise deve determinar se o risco é alto ou baixo. Por exemplo, a pessoa quer ser um escritor famoso, mas não domina o português. Este risco pode ser classificado como um risco de nível alto. Se ele não domina o português tem pouca chance de ver seu livro editado e muito pouca chance de ser famoso.

3o Passo – avaliação do risco – a avaliação do risco permitirá enumerar as prioridades e apresentar as informações para tomada de decisão sobre a forma como os riscos devem ser controlados ou solucionado.

4o Passo – tratamento do risco – identificado e avaliado os riscos, a pessoa será capaz de determinar as áreas que precisam de maior atenção, bem como, verificar se o projeto proposto tem ou não viabilidade para ser inserido na proposta de realização, ou seja, se é viável ser executado.

Perguntas:

- Identificou algum risco no requisito de habilidades requeridas?

SIM – responda a pergunta:

- O que pode ser feito para ter a habilidade(s) necessária requerida?

NÃO – siga para crenças e valores.

- Identificou algum risco em pontos positivos ou negativos que precisam ser superados?

SIM – responda a pergunta:



- O que pode ser feito para eliminar ou minimizar este risco?
- Ele é um risco que compromete a proposta como um todo?
- O que fazer, como fazer e quando fazer? Inclua a solução na proposta de realização ou inicie outra matriz.

NÃO – Siga para a proposta de realização e planeje o plano de ação referente ao objetivo maior.

Orientação Estratégica após Análise de Viabilidade de Riscos

	Riscos (em vermelho)	O que pode ser feito?
Objetivo	Ser um escritor famoso em 17.01.2017.	Um livro de ficção espacial onde seres de outro planeta invadem a terra. Vou escrever pelo menos 6 páginas por semana.
Habilidades requeridas	Saber escrever bem. Ter dinheiro para investir.	Farei a pesquisa e inscrição de um curso de português via internet. Pretendo economizar R\$ 300,00 por mês durante o período de um ano e arrumar uma atividade extra com remuneração mensal de R\$ 500,00.
Pontos negativos	<ul style="list-style-type: none">• Falta de tempo.• Insegurança.• Falta de dinheiro para iniciar o curso de português.• Outros.	Escrever somente no final de semana. Vou me sentir mais seguro depois de dominar o português. Farei economia e procurarei uma atividade extra.

... Qual foi a importância deste estudo | curso para a sua vida pessoal?

... PRECISA de acompanhamento profissional passo a passo?

.... Quer tal ajudar a formar uma turma de estudo na sua cidade?

Escreva para: adi.barbosa.coach@gmail.com