



Data de Hoje: ___/___/___

PERDAS E GANHOS

<p>1 - O que você vai ganhar com isto?</p>	<p>2 - O que você vai perder com isto? ***</p>
<p>3 - O que você vai ganhar se não tiver isto? ***</p>	<p>4 - O que você vai perder se não tiver isto?</p>

MINIMIZAÇÃO DE PERDAS (sabotadores - dor) – Quadro 2 ***

O que fazer para minimizar possíveis perdas (sabotador)?

MANUTENÇÃO DE GANHOS (sabotadores - prazer ou ganhos secundários) – Quadro 3 ***

O que você vai fazer para compensar os ganhos do quadro 3 (sabotadores - prazer ou ganhos secundários)?

CONGRUÊNCIA SISTÊMICA

O objetivo ou resultado esperado afeta negativamente outras pessoas ou o meio que você faz parte? Essa alteração é injusta?

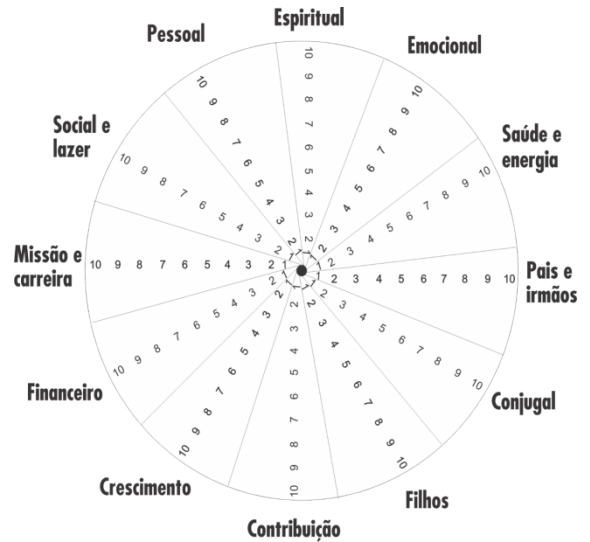
AJUSTE

Se a resposta for sim, é possível alterar seu objetivo para que afete apenas positivamente as pessoas e o meio?

**PERDAS E GANHOS
(APOIADO na RODA da VIDA)**

ESTADO ATUAL: PONTO de PARTIDA

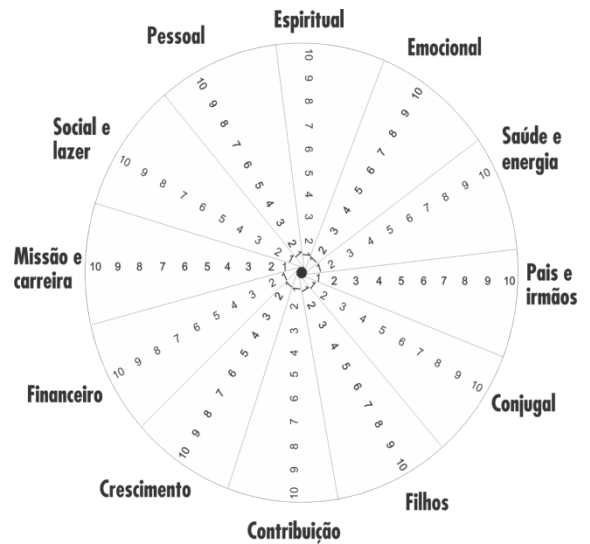
Como é sua vida hoje?



PROCESSO: JORNADA/PERCURSO

Como ela vai ficar durante o percurso?
Em quais campos vão ter ganhos?
Em quais campos vão ter perdas?

Você esta preparado para encarar os desafios de estar fora da sua zona de conforto nas áreas possivelmente sacrificadas durante a jornada?



ESTADO DESEJADO: DESTINO/CHEGADA

Como você projeta sua Roda da Vida quando você conseguir alcançar suas metas?

Os sacrifícios valerão a pena?

O que você pode fazer para minimizar os efeitos desse esforço?

