# PDV
# Análise de Perdas & Ganhos

João Carlos Rocha

Coach de carreira,
consultor empresarial,
palestrante e escritor

www.joaocarlosrocha.com.br

# APRESENTAÇÃO

Esta ferramenta de análise foi preparada para auxiliar o processo de decisão em relação à adesão a um PDV – Plano de Demissão voluntária.

Trata-se de um conjunto de reflexões elaborado a partir das mais modernas técnicas aplicadas ao desenvolvimento de pessoas.

Tenha em mente que você está diante de uma decisão muito importante, com impacto nos aspectos mais significativos da sua vida.

Use com responsabilidade, boa sorte e se precisar de ajuda, fale comigo.

Um abraço, Rocha

# RECOMENDAÇÕES IMPORTANTES

- Lembre-se que o fato de você aderir ao PDV não é garantia de que será contemplado com o plano. A empresa tem critérios de seleção. É importantíssimo alinhar sua expectativa neste sentido, para diminuir a ansiedade e frustração, caso não seja eleito.
- Faça o exercício junto com as pessoas diretamente impactadas pela decisão, marido, esposa, filhos.
- Identifique uma pessoa da sua confiança ou busque apoio de um profissional para lhe ajudar a definir o aspecto mais delicado, ou o que você tenha menos conhecimento para decidir.
- Considere o contexto da sua vida, em termos geográficos, de tempo e recursos financeiros.
- Tanto ao prever perdas e ganhos, como na proposição das ações, pense no impacto imediato, mas também nas possíveis consequências de médio e longo prazos.
- Confie na sua intuição.
- Seja grato a si mesmo e a todos que colaboraram para que você esteja diante desta oportunidade.

# INSTRUÇÕES

1. Preencha os quatro quadrantes do quadro de perdas e ganhos.
   Cuidado para não cair da armadilha de colocar nas perdas apenas o oposto dos ganhos.
   Por exemplo: ganhar salários adicionais x não ganhar salários adicionais.
   Use sua criatividade, deixe as ideias fluírem sem julgamento.

2. Responda às reflexões da última página do formulário.

| ASSISTA O VÍDEO | BAIXE O FORMULÁRIO | FALE COMIGO |
|---|---|---|
|  |  |  |

# Análise de Perdas & Ganhos

| O que EU ganho se conseguir* o PDV? | O que EU perco se NÃO conseguir o PDV? |
|---|---|
| 1. No aspecto profissional<br>2. No financeiro<br>3. No intelectual<br>4. No social<br>5. No familiar<br>6. Na saúde física<br>7. No lazer<br>8. No Espiritual | 1. No aspecto profissional<br>2. No financeiro<br>3. No intelectual<br>4. No social<br>5. No familiar<br>6. Na saúde física<br>7. No lazer<br>8. No Espiritual |
| **O que EU ganho se NÃO conseguir o PDV?** | **O que EU perco se conseguir o PDV?** |
| 1. No aspecto profissional<br>2. No financeiro<br>3. No intelectual<br>4. No social<br>5. No familiar<br>6. Na saúde física<br>7. No lazer<br>8. No Espiritual | 1. No aspecto profissional<br>2. No financeiro<br>3. No intelectual<br>4. No social<br>5. No familiar<br>6. Na saúde física<br>7. No lazer<br>8. No Espiritual |

BAIXE O FORMULÁRIO



# Conclusões e Plano de Ação

1. Analisando o quadro de Perdas & Ganhos, qual é minha decisão? Aderir ou não ao PDV?
2. Que ações posso tomar para minimizar as perdas, para a decisão da pergunta 1?
   Por exemplo: Se perder a previdência privada, posso fazer um PGBL, VGBL ou investir em ações do Tesouro.
   Outro exemplo: Se vou perder no aspecto intelectual a possibilidade de fazer um curso de liderança, posso procurar uma alternativa para fazê-lo por conta própria.
3. Que ações posso tomar para manter os ganhos, para a decisão da pergunta 1?
   Por exemplo, se verifiquei que vou ganhar tempo livre, preciso criar uma agenda com a programação do meu dia, ou corro o risco de este tempo ir para o boeiro.
4. O que aprendi sobre mim com esse exercício? Quais são meus valores?
   Por exemplo, aprendi que sou muito conservador e a segurança é um valor muito importante para mim.




# João Carlos Rocha

Coach de carreira,
consultor empresarial,
palestrante e escritor

www.joaocarlosrocha.com.br