

SUMÁRIO

Introdução, 1

CAPÍTULO 1

Fundamentos do coaching financeiro, 7

- 1.1 Fundamentos do coaching financeiro, 8
 - 1.1.1 A relação de coaching, 8
 - 1.1.2 Construção de confiança, 9
 - 1.1.3 Aprender sem ser ensinado, 9
 - 1.1.4 As perguntas eficazes (PEs), 9
 - 1.1.5 Os três passos do coaching, 10
 - 1.1.6 As ferramentas de coaching, 11
 - 1.1.7 Onze competências do coach, 11
- 1.2 Introdução à neuroeconomia e ao processo decisório, 12
 - 1.2.1 Influências do processo decisório, 12
 - 1.2.2 Moldura decisória, 14
 - 1.2.3 Heurística, 15
- 1.3 Teoria das finanças comportamentais, 16
 - 1.3.1 Oito comportamentos financeiros irracionais, 18
 - 1.3.2 O dinheiro e os seus mitos, 28
 - 1.3.3 Da mentalidade de consumidor para investidor, 31

CAPÍTULO 2

Como estou me saindo em relação ao dinheiro? (EA , 33

- 2.1 Como estou me saindo em relação ao dinheiro?, 34
- 2.2 Inventário do dinheiro, 37
- 2.3 Sintomas de disfunção financeira, 45
- 2.4 Mapa de equilíbrio financeiro, 51
 - 2.4.1 Visão sistêmica, 51
 - 2.4.2 Características do mapa financeiro, 51

CAPÍTULO 3

O que significa ser rico para você? (ED), 59

- 3.1 Conecte prosperidade com propósito, 60
 - 3.1.1 Intenções superficiais e falta de clareza, 60
 - 3.1.2 Suas verdadeiras intenções, 60
 - 3.1.3 As seis necessidades básicas, 62
 - 3.1.4 Cuidado com as falsas ilusões, 64
- 3.2 Quanto custa o seu sonho?, 65
 - 3.2.1 Os cinco níveis para seu sonho financeiro, 66

CAPÍTULO 4

Meu plano financeiro de vida (PA), 75

- 4.1 Planos abertos, 79
 - 4.1.1 5W2H, 79
- 4.2 Planos de correção e equilíbrio, 82
 - 4.2.1 Planejamento de orçamento doméstico, 82
- 4.3 Plano de libertação financeira, 88
 - 4.3.1 Tipos de dívida, 91
 - 4.3.2 Os sete passos para a superação de dívidas, 92
- 4.4 Plano de multiplicação, 100
 - 4.4.1 As cinco estratégias aceleradoras, 101
 - 4.4.2 O efeito da multiplicação, 109
 - 4.4.3 Mapa do milhão, 110

CAPÍTULO 5

O que está armazenado em sua memória financeira?, 113

- 5.1 O passado guarda a chave do futuro, 114
- 5.2 Mensagens do dinheiro, 115
- 5.3 Programação financeira, 118
 - 5.3.1 Aprendizagem por associação: condicionamento, 121
 - 5.3.2 Condicionamento verbal, 122
 - 5.3.3 Exemplos e modelos, 123
 - 5.3.4 Episódios específicos, 124
 - 5.3.5 Dinheiro não substitui o amor, 126
- 5.4 Processo APD: redefinindo o seu modelo financeiro, 127
- 5.5 Medo crônico e botão do pânico, 129
- 5.6 Reconstruindo hábitos financeiros, 134

CAPÍTULO 6

Guia de coaching financeiro, 137

- 6.1 Formação profissional em coaching, 138
 - 6.1.1 Educação: formação profissional em coaching, 139
 - 6.1.2 Experiência: especialização em finanças pessoais, 141
 - 6.1.3 Ética: conduta profissional do coach, 143
- 6.2 Roteiro de sessões, 144
- 6.3 Biblioteca do coach financeiro, 149

ANEXO 1

Templates de mapeamento, 151

- 1. Inventário do dinheiro, 152
- 2. Sintomas de disfunção financeira, 159
- 3. Mapa de equilíbrio financeiro, 164

ANEXO 2

Templates para sonhos e metas, 165

- 1. Conector de prosperidade e propósito, 166
- 2. Cinco níveis para o seu sonho financeiro, 166

ANEXO 3

Templates direcionadores de planos, 171

1. 5W2H, 172
2. Os quatro potes: plano de orçamento doméstico, 173
3. Dívida zero em sete passos, 174
4. Direcionadores de estratégia, 181
5. Mapa do milhão, 183

ANEXO 4

Templates para resgate de memória financeira, 187

1. Questionários sobre as mensagens do dinheiro, 188
2. Minha memória financeira, 189
3. Meu condicionamento financeiro, 190
4. Meu botão do pânico, 190
5. Conector da memória com medos e hábitos presentes, 192

Bibliografia, 193