Desafio ANIMA_L ofertas Ressonantes

DIA 5 • ETAPA 5/7 • MICROTAREFA

O Problema Vivo

Construindo seu Problema-Ponte e seu Mecanismo do Problema

Hoje não estamos criando ainda o formato da solução. Estamos descobrindo e compreendendo o problema que sua Oferta Ressonante veio resolver. Você vai fazer essa investigação em cinco passos.

1. DOR OU DESEJO

Qual é a dor que sua Cliente de Alma sente ou o desejo importante que ainda não consegue realizar?

2. PROBLEMA CONCRETO

O que, especificamente, está impedindo essa pessoa de sair dessa dor ou alcançar esse desejo?

3. TENTATIVAS ANTERIORES

O que ela já tentou fazer para resolver essa dificuldade? O que pode explicar por que essas tentativas ainda não foram suficientes?

4. MECANISMO DO PROBLEMA

Segundo sua experiência e sua lente singular, o que causa ou mantém essa dificuldade? O que você consegue explicar sobre esse problema que talvez a cliente ainda não tenha compreendido?

5. PROBLEMA-PONTE

Formule numa frase o problema específico que sua oferta vai ajudar a resolver, conectando a dificuldade concreta à sua compreensão singular.

AS FÓRMULAS

FÓRMULA PARA O PROBLEMA-PONTE · COMEÇANDO PELO DESEJO
"Minha Cliente de Alma deseja [DESEJO], mas enfrenta [PROBLEMA CONCRETO], o que faz com que [CONSEQUÊNCIA NA VIDA DELA]."
Exemplo: Minha Cliente de Alma deseja estabelecer limites e sentir mais liberdade nas próprias escolhas, mas não consegue dizer NÃO quando sente que pode decepcionar alguém, o que faz com que ela viva exausta e ressentida.

FÓRMULA PARA O PROBLEMA-PONTE · COMEÇANDO PELA DOR
"Minha Cliente de Alma vive [DOR] porque enfrenta [PROBLEMA CONCRETO], o que a impede de [DESEJO]."
Exemplo: Minha Cliente de Alma vive exausta e ressentida porque não consegue dizer NÃO quando sente que pode decepcionar alguém, o que a impede de estabelecer limites e sentir mais liberdade nas próprias escolhas.

FÓRMULA PARA O MECANISMO DO PROBLEMA
"Na minha experiência, esse problema se mantém porque [EXPLICAÇÃO SINGULAR], e é por isso que [TENTATIVA COMUM] nem sempre é suficiente para resolvê-lo."
Exemplo: Na minha experiência, esse problema se mantém porque a possibilidade de desaprovação desencadeia uma resposta corporal de ameaça, e é por isso que técnicas de assertividade nem sempre são suficientes para resolvê-lo.

EXEMPLO PREENCHIDO — TERAPEUTA SOMÁTICA

Dor: vive exausta e ressentida, sentindo que faz tudo pelos outros.
Desejo: estabelecer limites e sentir mais liberdade nas próprias escolhas.
Problema: não consegue dizer NÃO quando sente que pode decepcionar alguém.
Tentativas anteriores: já tentou técnicas de assertividade, ensaiou conversas e leu livros sobre limites, mas continua travando em situações reais.
Mecanismo do Problema: a possibilidade de desaprovação pode desencadear uma resposta corporal de ameaça, levando-a a concordar automaticamente para preservar a sensação de segurança no vínculo.
Problema-Ponte: a dificuldade de estabelecer limites quando o medo corporal de desagradar se torna mais forte do que a própria vontade.

A PISTA PARA A AULA DE AMANHÃ

Se é isso que está mantendo o problema, sobre o que minha abordagem precisaria atuar para ajudar a transformá-lo?

Anote esta pergunta, sem precisar responder completamente hoje. Ela vai nos acompanhar amanhã, no Dia 6, quando a sua solução ganha corpo dentro de um Contêiner Coerente.

LEVE PARA O TEMPLATE FINAL

PROBLEMA VIVO — Problema-Ponte: Minha Cliente de Alma deseja _____, mas enfrenta _____, o que faz com que _____. ou: Minha Cliente de Alma vive [DOR]_____ porque enfrenta _____, o que a impede de _____.

MECANISMO DO PROBLEMA: Na minha experiência, esse problema se mantém porque _____, e é por isso que _____ nem sempre é suficiente para resolvê-lo.