

# JORNADA 10K

OS PILARES DA CONSISTÊNCIA

# ASSUNTOS DA AULA

R3SETF

TROPA  
BRIZOLA



# INTRODUÇÃO



TROPA  
BRIZOLA

Quem é o  
**Eider?**



R3SETF

O que é o  
**R3SETF?**

# OS PILARES DA CONSISTÊNCIA

R3SETF

TROPA  
BRIZOLA

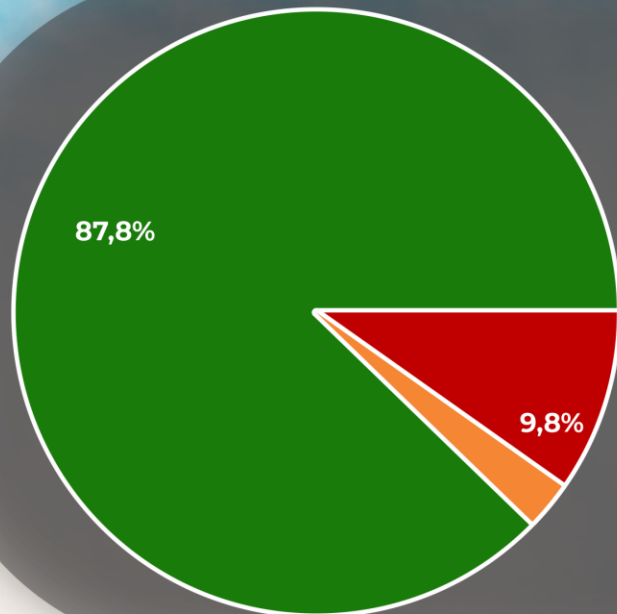
quem  
sou eu?

aceitação  
x  
resolução

qual é o  
meu  
propósito?

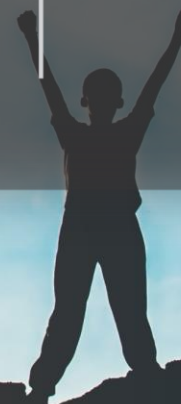
Reflexão x Propósito

Por qual **motivo** você entrou no mercado?



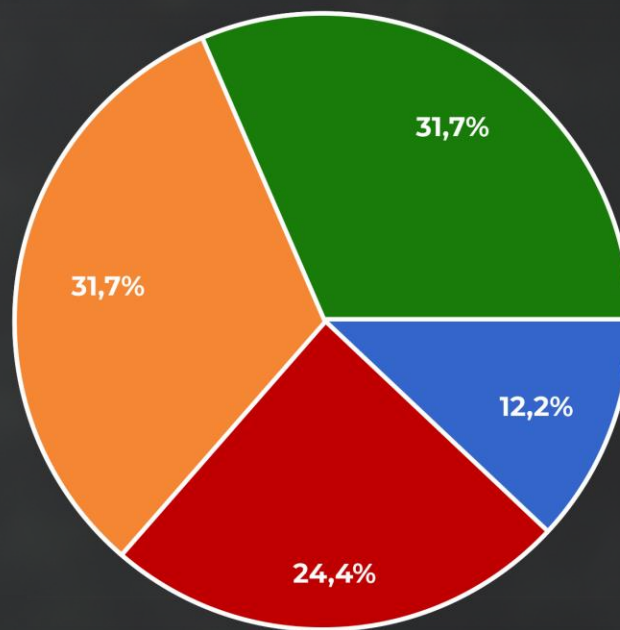
- pagar as contas
- realizar sonhos
- curiosidade
- liberdade financeira

Quem é sua **inspiração**?  
**Porque?**



“Jamais viva uma **fantasia**, pois a realidade,  
**por mais que seja dura e cruel**, é o caminho mais fácil  
para **alcançar seus objetivos**.”

A quanto **tempo** você está no trade?



- 1 a 3 meses
- 3 a 6 meses
- 6 a 12 meses
- mais de 1 ano

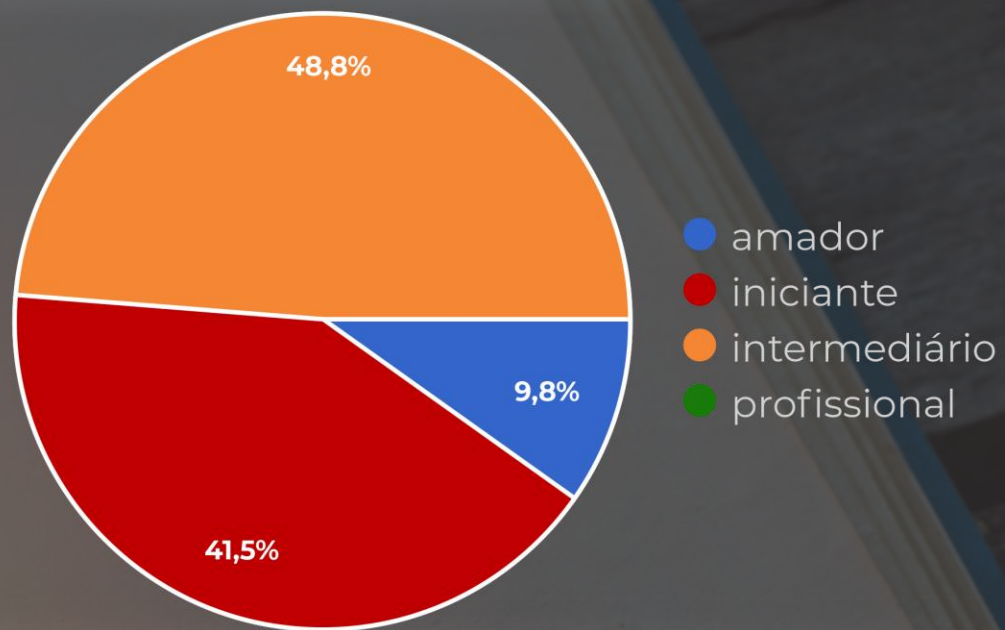
Você tem total ciência que isso tudo é **um processo**?

**Você tem controle** sobre si e seu capital?

**Quanto** você já investiu nesse tempo?

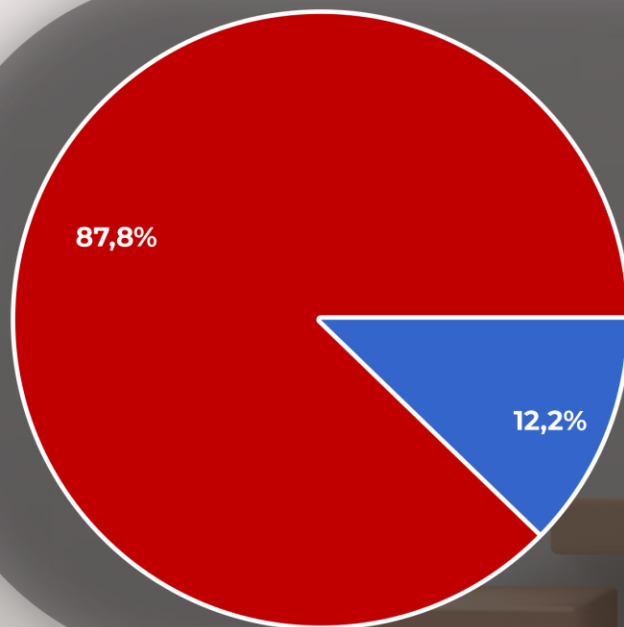


Qual é o seu nível de **conhecimento**?



**“Seja confiante**, mas acima de tudo,  
**sinta-se seguro** no que faz!”

## Você se considera **consistente**?



● sim  
● não

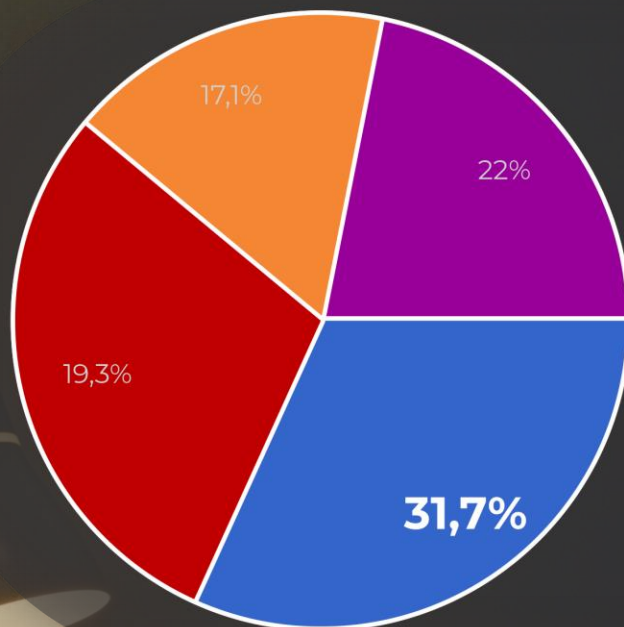
### O que é **Consistência**?

No dicionário: Característica de um corpo do ponto de vista da homogeneidade, **coerência**, **firmeza**, compacidade, **resistência**, densidade, etc, dos seus elementos constituintes.

**“SEM CONSISTÊNCIA NÃO HÁ RESULTADOS!”**

Ser consistente não é nada mais do que **se manter em rota**, olhar sempre para o objetivo, mas além disso, seguir sempre **todos os dias as rotinas** que, chatas ou não, irão gerar retorno incremental, irão trazer o acúmulo de esforço que **irá resultar no sucesso** que todos queremos.

## Qual seu maior **obstáculo** ou **dificuldade**?



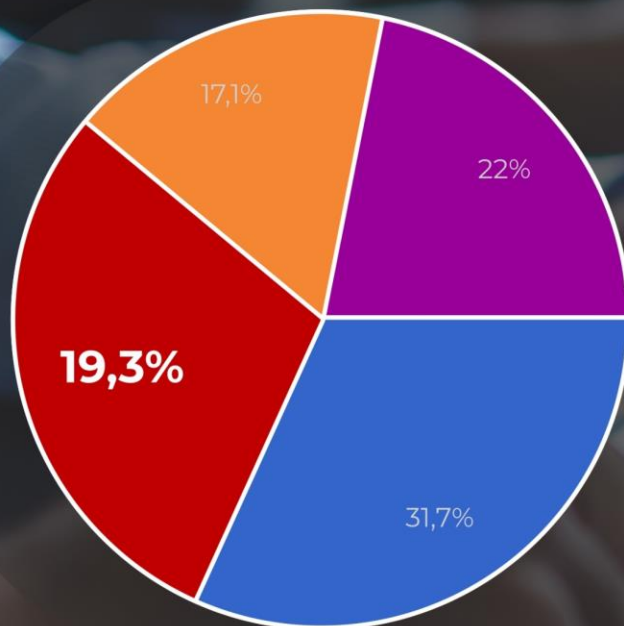
- **PSICOLÓGICO**
- gerenciamento
- tempo
- depender sinais/robôs
- análise

### **PSICOLÓGICO**

Não se cobre por errar, se cobre em **aprender com o erro**! Jamais deixe sua mente dominar seu sentimento em relação ao “ERRO”, pois todo erro e todo problema **existe no mínimo uma solução**.

Não deixe a inveja e a ganância te dominar; Ande **um passo de cada vez**, se tiver que recuar, que seja para pegar impulso; **Crie e escreva sua rotina**.

## Qual seu maior **obstáculo** ou **dificuldade**?



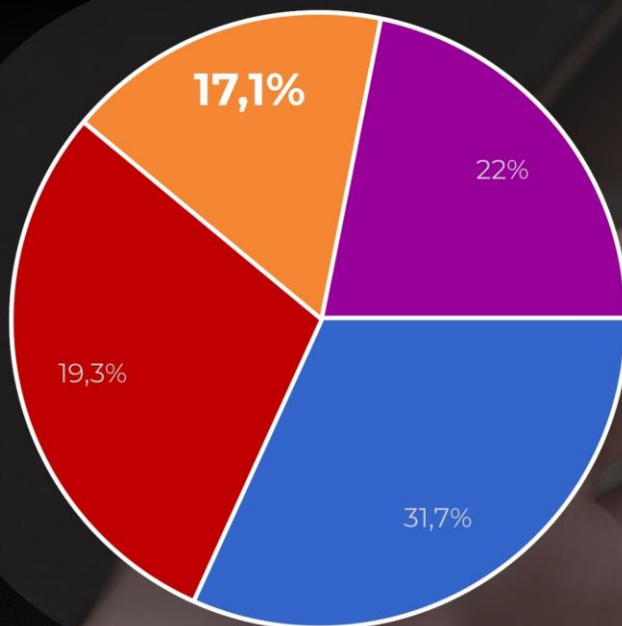
- psicológico
- **GERENCIAMENTO**
- tempo
- depender sinais/robôs
- análise

### GERENCIAMENTO

1. Tenha uma **planilha** e uma **agenda**;
2. Defina uma **meta segura**;
3. **Planeje** a curto, médio e longo prazo;
4. Aprenda a **aceitar a perda**;

▶ 1 real ou 1 dólar **é igual a 1**  
**e 1 é maior que zero**

Qual seu maior **obstáculo** ou **dificuldade**?



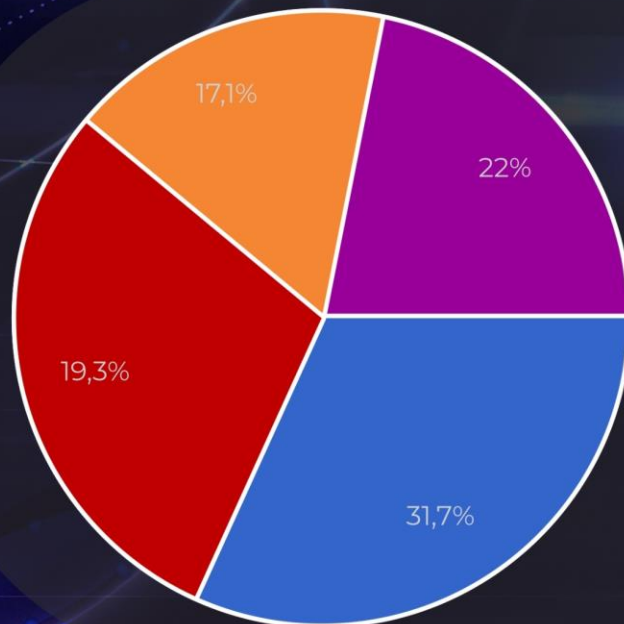
- psicológico
- gerenciamento
- **TEMPO**
- depender sinais/robôs
- análise

## TEMPO

- Você **assiste série** ou **joga algum jogo** no vídeo game ou celular?
- **Quanto tempo** você dedica a si próprio?

Quem **dá valor** ao tempo, sabe valorizar  
o bem mais **precioso da vida**.

Qual seu maior **obstáculo** ou **dificuldade**?



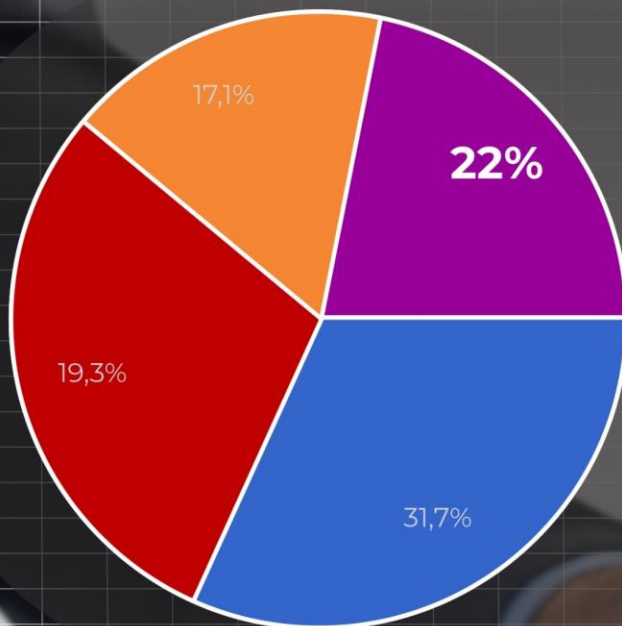
- psicológico
- gerenciamento
- tempo
- **DEPENDER SINAIS/ROBÔS**
- análise

## DEPENDER DE SINAIS OU ROBÔS

O uso de robô te transforma em um robô, te torna **dependente e inseguro**.  
O mesmo é com sala de sinais.

Você **não está** operando, você  
**não é um trader!**

Qual seu maior **obstáculo** ou **dificuldade**?



- psicológico
- gerenciamento
- tempo
- depender sinais/robôs
- **ANÁLISE**

## ANÁLISE

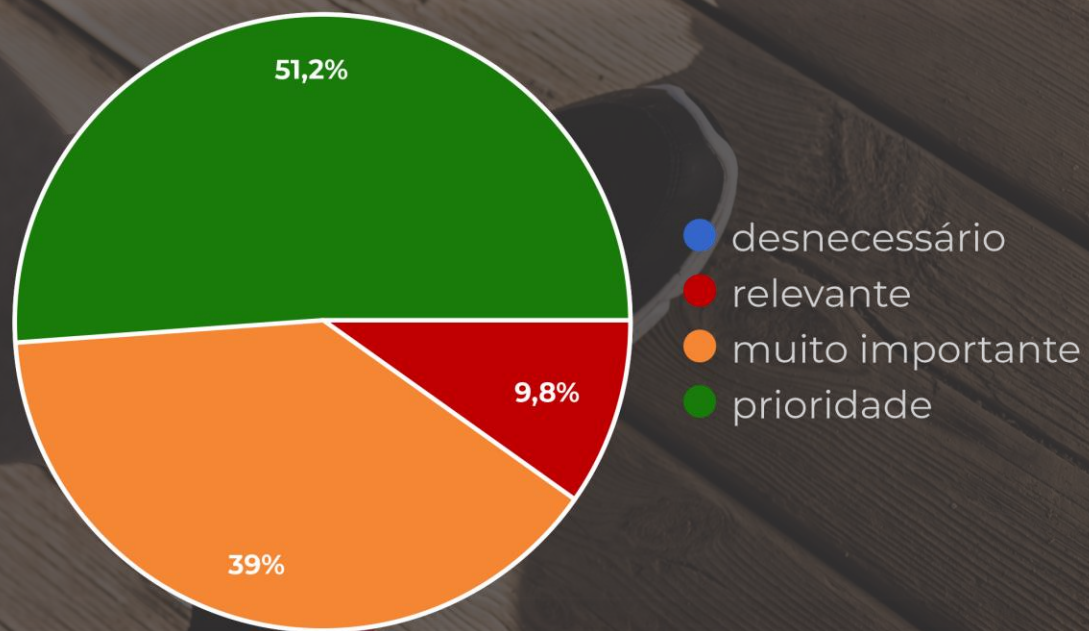
O **operacional** que utiliza é o seu ou de alguém?

**Quantas** estratégias você utiliza?

Utiliza a conta de **treinamento**?

“Obstáculos existem com **maior nível de dificuldade** quando **não respeitamos o processo**”

O quanto você acha importante a  
**mentoria preparatória** antes do operacional?



“Seu estado emocional é a  
**base para o avanço**”

## Evolução do **Intelecto** entendimento, raciocínio e reflexão



Vem do latim e significa “ler por dentro”, é uma **potência cognitiva da alma humana**, através da qual ela conhece algo de si, algo que lhe rodeia e algo que transcende.

O que você **pen**sa sobre a **CLT**?



E sobre o **salário mínimo**?

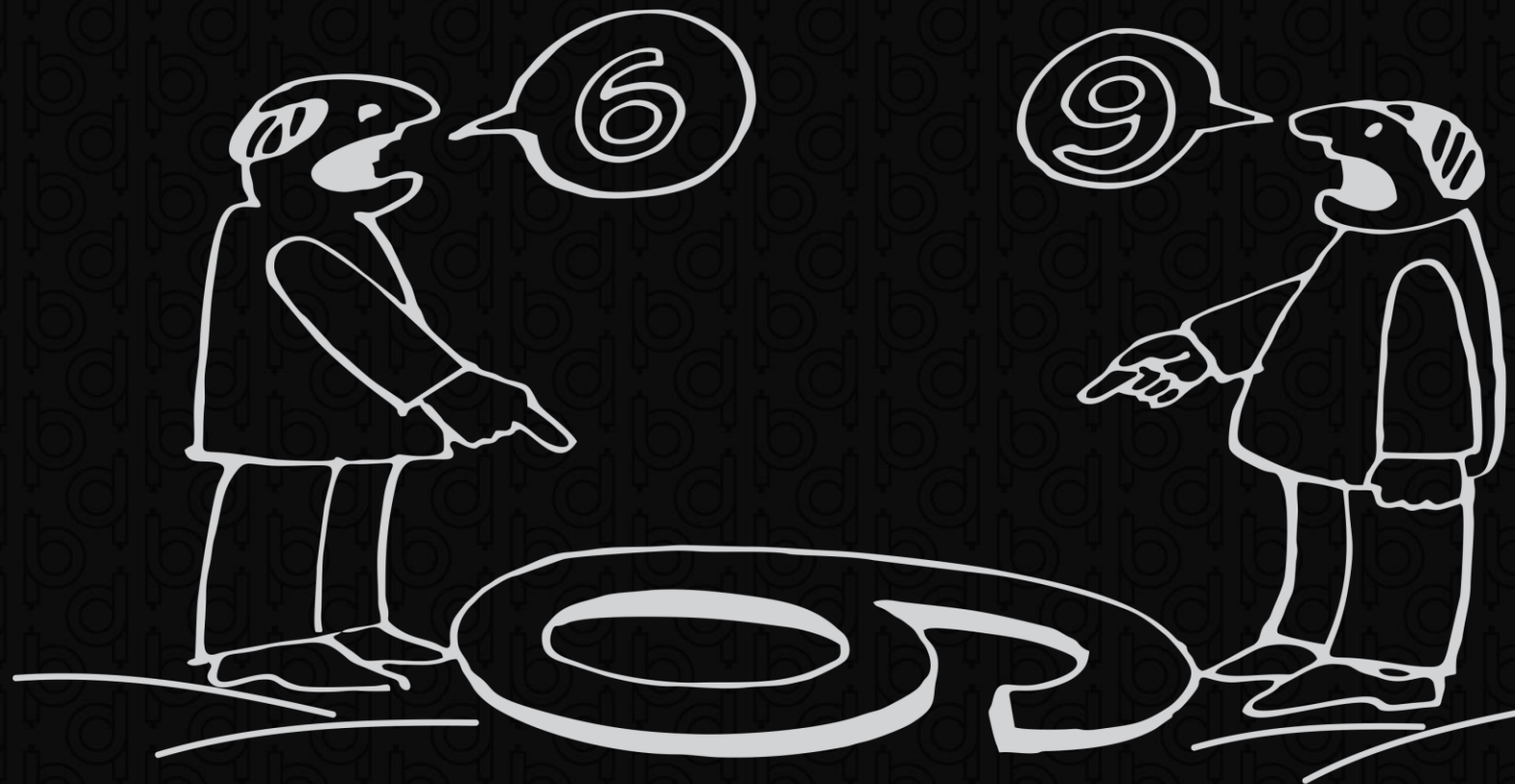
CLT

R3SETF

TROPA  
BRIZOLA

“Veja a vida por **outro ângulo** e **saia fora da caixa!**”

**Mas como** ver as coisas por outra perspectiva?



**Ninguém** muda de vida  
**sem mudança de hábitos!**

CT

R3SETF

TROPA  
BRIZOLA

OS PILARÉS DA  
CONSISTÊNCIA

R3SETF

TROFA  
BRIZOLA

A man in a dark suit is pushing a large, dark, textured boulder off a rocky cliff. The scene is set at sunset or sunrise, with a warm orange and yellow sky and a cityscape visible in the background. The man is leaning forward, using his hands to push the boulder. The boulder is large and irregularly shaped, with some cracks and texture visible. The city below is a dense collection of buildings, mostly in shades of orange and yellow, suggesting a hazy or smoky atmosphere. The overall mood is one of determination and overcoming challenges.

# Resiliência

a capacidade de se adaptar às **mudanças**.

# Motivação = Motivo + Ação

É o **motivo** pelo qual leva a determinada **ação**.



## Exemplo:

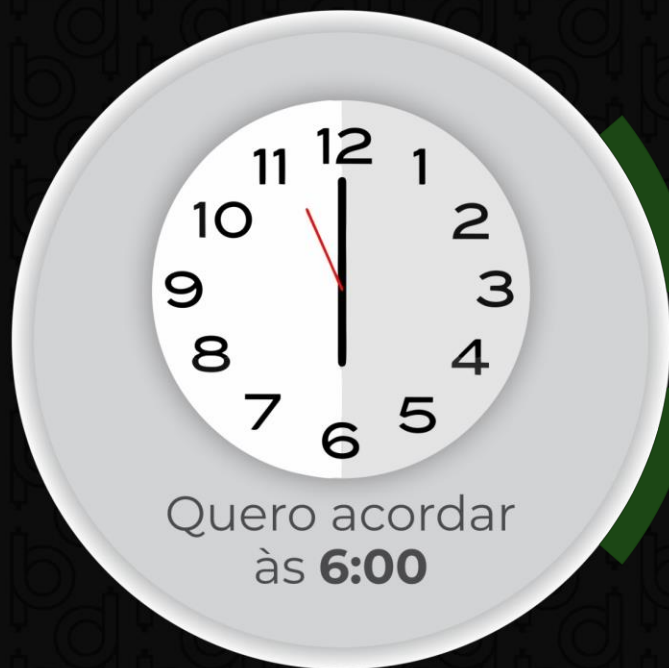
Joãozinho **não consegue** acordar as 6hs da manhã para operar, acorda as 10h e **se sente desmotivado** (lembrando que: a **palavra ideal** para esse momento **é frustrado**).

Mas Joãozinho precisa de motivação para acordar no horário que deseja, então é correto afirmar que **motivação** é:

- A** A mãe dele acordá-lo para conseguir cumprir seu objetivo
- B** Se alguém ajudar a fazer as análises ele ficaria mais animado
- C** Só levantar se rolar um sorteio de PIX
- D** Nem levanta, pois pode operar em outro horário
- E** **Nenhuma das alternativas acima**

Se o Joãozinho quer acordar as 6 horas da manhã ele tem que ter o **entendimento do porquê quer isso**.

## TRAZENDO ESSE EXEMPLO PRA NOSSA REALIDADE



Porque o gráfico fica melhor para **analisar**.

Porque depois vou para o meu trabalho e **não terei tempo** pra me dedicar.

Repare que ambos são **motivos relevantes** e importantes para acordar as 6hs, então eu tenho **o MOTIVO**.

## COMO TORNAR ISSO **POSSÍVEL**?

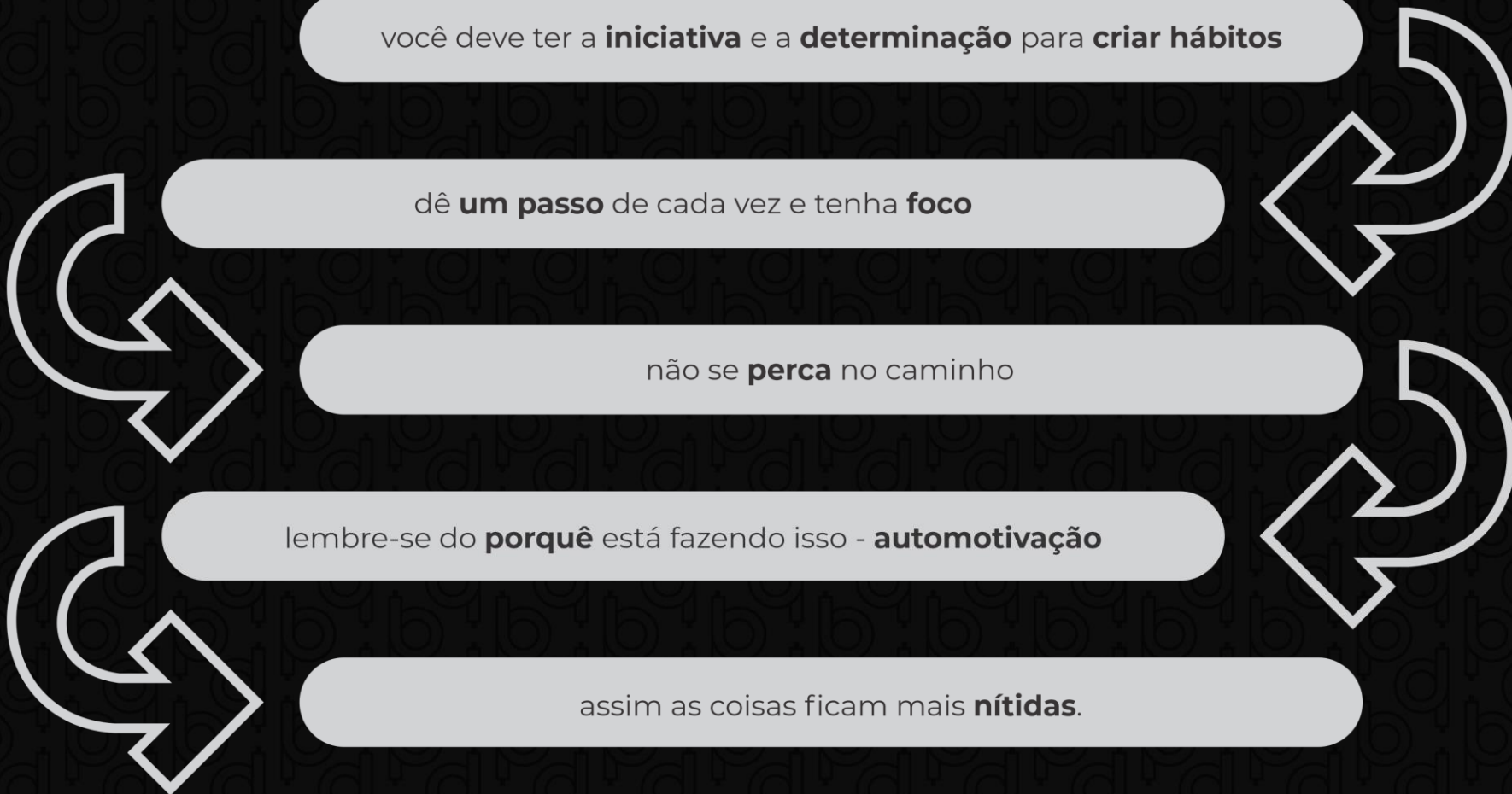
você deve ter a **iniciativa** e a **determinação** para **criar hábitos**

dê **um passo** de cada vez e tenha **foco**

não se **perca** no caminho

lembre-se do **porquê** está fazendo isso - **automotivação**

assim as coisas ficam mais **nítidas**.



# Bora pra ação!?

temos **3 soluções** para agir e atingir o objetivo

**1.**

Se Joãzinho acorda sempre as 10h ele tem que analisar **qual hora ele costuma dormir**, então se ele dorme muito tarde, tem que **começar a dormir mais cedo**.

**2.**

Pode colocar o despertador ativar **uma hora antes do que costuma acordar** por uma semana, e vai repetindo esse processo **até atingir seu objetivo**.

**3.**

Pedir pra alguém acordá-lo, mas tem que ser **uma pessoa que o incentive**.

Quanto **você está disposto** a ser um **vencedor**?

JORNADA  
10K

