Dom Estúdio Digital | 8 de dezembro de 2025

Brainstorm

APRESENTADO POR:
Lorena Andrade

APRESENTADO PARA:
Ernestian Gonçalves

dzn.

Debriefing

O que? O OPS, ou Ovos de Páscoa Solidários, é uma ação atrelada à data de 06/04 (sexta-feira) que Tatiele pediu que criássemos. Tema

Por que? O objetivo nasce da vontade de ajudar pessoas (como receber ajuda), mostrar que existem pessoas que buscam ajudar(ou pelo menos tentam).

Quem? Os clientes do OPS (Mãe, o Elton Evan, a Tatiele e a Ana Paula Cardoso), as pessoas que simpatizam e/ou que participam da ação.

SWSH

Como? A transformação do OPS, de ação de caridade, e fortalecimento da ação OPS.

Quando? PÉS (Abril) ainda na ideia de ser 06/04 (sexta-feira) mas não tem certeza ainda.

Onde? Online, em um grupo de pessoas, e presencial, em ocasiões pontuais.

Quanto? A princípio, só OPS. Mas pensamos em outros produtos, com base para eventos posteriores.

Oportunidade

Datafolha: metade das mães brasileiras são solo e 69% das mulheres no país têm ao menos 1 filho

Segundo a pesquisa, entre as mães solo, 38% estão desempregadas e 41% sobrevivem com até R$ 1.212 por mês.

Redação
Revista Fórum | Sexta-feira | 08/05/2026 | Atualizado em 10/05/2026 08:00

Por que as famílias estão endividadas?

A pesquisa Perfil e Comportamento do Endividamento Brasileiro 2026 indica que o seu pessoal é o principal fator de dívida do brasileiro ou o cartão de crédito (34%). Mais da metade (mais exatos 53,6%) dos entrevistados comprou a compras em supermercados, de farmácia e/ou produtos de higiene pessoal e/ou cosmético nos últimos dois meses. Mas a conta chegou: 48,2% dos contra-tiveram seus gastos mensal.

Depois dos supermercados, o segundo maior gasto com cartão (46%) corresponde a compras de produtos, como roupas, calçados e eletrodomésticos.

Nada que de fato faça a diferença!

Avatar

Dados demográficos

- Mulheres divorciadas
- Mães solo
- De 30 a 44 anos
- Renda: até 3 salários mínimos*

*Salário mínimo das mulheres em 2023: R$ 2.995,07
Fonte: Pesquisa Cadastro Central de Empresas (Cempre)

Ana Paula

- **Idade:** 38 anos
- **Localização:** Vila Sônia - SP
- **Estado Civil:** Divorciada
- **Renda Familiar:** 3 salários mínimos
- **Educação:** Ensino Médio completo
- **Ocupação:** Auxiliar administrativa

- **Personalidade:** Resiliente e otimista. Ela é prática, dedicada à sua família e costuma ser a solucionadora de problemas em seu círculo social.
- **Valores:** Valoriza a estabilidade financeira, a educação de seus filhos e a harmonia familiar.

Ana Paula se encontra em um dilema comum a muitas mães brasileiras: como pode melhorar sua situação financeira sem sacrificar a qualidade de tempo dedicado aos filhos e a si?

Ela se vê constantemente preocupada com as limitações financeiras e o futuro da sua família. **Ela se sente presa em um ciclo de trabalho árduo e recompensas limitadas, se questionando se há uma forma de transcender essas barreiras — sem comprometer suas responsabilidades como mulher, mãe e esposa.**

O problema em cada tipo controlador

Exemplos para usarmos nas copies

Vitimista Natural: Ana Paula se sente sobrecarregada pelas demandas da vida e do trabalho, acreditando que as circunstâncias externas são as principais barreiras para seu progresso e felicidade, deixando-a impotente diante dos desafios.

Vitimista Intencional: Ela conscientemente atribui a responsabilidade de suas dificuldades financeiras a fatores externos, evitando tomar ações proativas e se acomodando na posição de vítima para justificar a falta de avanço em sua vida.

O problema em cada tipo controlador

Exemplos para usarmos nas copies

Vingativa: Ana Paula reage aos desafios com ressentimento e uma necessidade de "acertar as contas", culpando outras por suas frustrações e buscando maneiras de revidar ou provar seu valor.

Narcisista: Ela se percebe como merecedora de mais sucesso e reconhecimento, culpando o ambiente e as pessoas ao seu redor por não reconhecerem seu valor e potencial, focando mais em sua própria imagem do que em soluções pragmáticas para seus problemas.

Big Idea
Zona de desconforto

O nosso avatar NUNCA esperaria ouvir que sua **dependência emocional** está limitando seu crescimento pessoal e profissional.

Mas, a partir do momento em que ele se libertar dessa dependência, terá permissão para viver uma vida próspera.

GATILHO MENTAL DA REVELAÇÃO

Big Idea
Medos

- De falhar como mãe
- De não avançar na carreira
- De perder relacionamentos importantes, especialmente com filhos
- De não ser reconhecida ou valorizada por seus esforços
- De não atingir seus sonhos de uma vida melhor
- De enfrentar dificuldades financeiras por toda a vida

Big Idea
Vilões

- Dependência emocional
- Falta de permissão

Big Idea
Curva de Consciência

Big Idea
Solução

O GPS vai guiar a Ana Paula por um **caminho prático de autoconhecimento**, fazendo-a entender o porquê ela não saiu do lugar e aumentando sua permissão para construir uma vida próspera.

COMO? Por meio de um acompanhamento diário em um grupo, onde Ana Paula e outras participantes se apoiam mutuamente, complementado por encontros regulares com as mentoras.

Big Idea
Solução

E o que ela vai ganhar com isso?

- Ela vai aprender a se libertar da dependência emocional.
- Vai desenvolver a capacidade de dizer "não", estabelecendo limites.
- Vai priorizar o próprio bem-estar e objetivos.
- Ela vai tirar os amarras que a impedem de ganhar mais com as habilidades que ela já tem.
- Ela vai se sentir mais leve, já que se sente em dívida.
- Vai alcançar um maior senso de realização pessoal.
- Vai ter permissão para uma vida próspera.

Headline

Sua dependência emocional fará você enfrentar dificuldades financeiras por toda a vida...
A menos que você esteja se libertar e que aumente sua permissão para ter uma vida leve e próspera.

Palavras-chave

Liberdade
Coragem
Independência
Percepção
Decisão
Ação

Liberdade
Coragem
Independência
Percepção
Decisão
Ação

A LIBERTAÇÃO

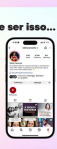
Instagram

O que é, afinal?

É preciso dedicar um bom tempo para entender o que fazem os mentores e o que é o OPS.

Ao invés disso,

pode ser isso...



Destaques

- Os destaques da Tábita sobre **Permissão** facilitam o entendimento:
- Eles podem ser complementados com uma explicação de como funciona o OPS (grupos de apoio, acompanhamento diário, Marco Passos etc.).
- O Ramon e o Elton podem ter os mesmos destaques.

Webinário

A LIBERTAÇÃO

Introdução (10 minutos) Breve introdução sobre o objetivo do webinário. Compartilhar a história que liderou a jornada de superação de um parte-lago pessoal (Vivina ou Ana Maria).	
Parte 1: O que é permissão? (40 minutos) Trata do tema da dependência emocional e de seus impactos nos relações.	
Parte 2: Ação - O que pode ser feito (20 minutos) Trata sobre ações práticas para se libertar da dependência emocional.	
Parte 3: Sonhos e Metas (20 minutos) Que sonhos e metas foram deixados de lado por conta da dependência emocional?	
Parte 4: Ação e Responsabilidade (20 minutos) Por que a ação é essencial para a jornada.	
Parte 5: Oferta (20 minutos) Apresentação do OPS + depoimentos	

Próximos passos

PASSO 1
Geraçãomento visões, papo reto e ajuste de expectativas (construção de cadência).

PASSO 2
Definição de jornada (quantas sessões, ajustes ajustes ajustes? Teremos vagas de e-mails?)

PASSO 3
Criação dos vagas necessárias.

dzn.

CRONOGRAMA JANEIRO

DOMINGO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
29	30	31	1 INTENÇÃO DIAS ANÁLOGOS + ENVIEM ELA P	2	3 INTENÇÃO, POR ANÁLOGOS (APTOS - POR EXEMPLO)	4
5	6 AUTOMATIZAR E ANALISAR	7	8	9 INTENÇÃO DOS ANÁLOGOS EXTRAÍDOS	10	11
12	13	14 FIM DA CAPTAÇÃO	15	16	17	18
19	20	21 LANÇAMENTO DO WEBINÁRIO (ALGO POR DIA ATÉ)	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Obrigada :)

Email
tereza@donestudio@gmail.com

donestudio@gmail.com

dzn.