

— Aprenda a dar os primeiros passos —

# Jornada Financeira



GABRIELA MOSMANN

( SUNO )

## Sumário

<b>1</b>	<b>Introdução</b>	<b>04</b>
	1.1. Minha história	05
	1.2. Transformação	08
<b>2</b>	<b>Autoconhecimento</b>	<b>9</b>
<b>3</b>	<b>Seu perfil financeiro</b>	<b>11</b>
	3.1. Poupador	13
	3.2. Gastador	15
	3.3. Descontrolado	17
	3.4. Desligado	19
	3.5. Financista	21
<b>4</b>	<b>Como seu comportamento pode te poupar dinheiro</b>	<b>23</b>
	4.1. Problema: gratificação de curto prazo	25
	4.2. Problema: confiança na força de vontade	26
	4.3. Problema: viés de excesso de confiança	26
	4.4. Problema: lacuna de empatia	27

<b>5</b>	<b>Conquiste a liberdade financeira</b>	<b>29</b>
	5.1. Os 5 passos para a liberdade financeira	31
<b>6</b>	<b>Planejamento financeiro</b>	<b>32</b>
	6.1. Controle de gastos	34
	6.2. Estabelecimento de metas	35
	6.3. Disciplina de investimentos	37
	6.4. Ajustes periódicos relacionados à renda	37
	6.5. Administração frequente	38
<b>7</b>	<b>O valor do tempo</b>	<b>39</b>
	7.1. Quanto vale seu tempo?	39
	7.2. Quanto vale uma hora?	40
	7.3. O dilema tempo vs. dinheiro	40
	7.4. Como calcular quanto seu tempo realmente vale	41
	7.5. Parte I: método da renda realizada	42
	7.6. Esses números são precisos?	44
	7.7. Como usar essa informação	44
	7.8. Parte II: método do valor esperado	45
<b>8</b>	<b>Aprenda mais</b>	<b>48</b>

# 1

## Introdução

*“Uma meta sem um plano é apenas um desejo.”*

**- Antoine de Saint-Exupéry**

Nossos sonhos são criados partir de escolhas. Infelizmente, boa parte dessas escolhas – se não todas – está ligada ao dinheiro ou é limitada por ele. Dinheiro não é um assunto complicado. Na verdade, qualquer tema fica complicado se você não conversa sobre ele ou não tem curiosidade e interesse de aprender sobre ele.

A grande questão que quero expor é que você não precisa necessariamente buscar a riqueza ou milhões para entender finanças. Mas a compreensão básica de finanças pessoais é necessária para você conquistar sua independência, possibilitar a realização de seus sonhos e conseguir dominar todas as possibilidades da sua vida.

Conhecimento financeiro básico e controle sobre o dinheiro são necessários para você ter a liberdade e a tranquilidade de buscar seus objetivos na vida. Mesmo que seja apenas para você poder não se preocupar com o dinheiro em si!

O dinheiro é apenas uma ferramenta para te ajudar na busca por coisas que são mais importantes para você. Todo o processo para você começar a ter controle sobre ele começa por algo muito simples: **você!**

Finanças realmente são números e conceito exatos, mas lembre-se de que somos seres biológicos e, acima de tudo, humanos. Os passos que daremos neste livro se referem a isso: como definir nossas individualidades e características pessoais.

Claro, esse assunto é muito longo e não tão simples de ser resumido em poucas palavras. Não conseguiríamos cobrir tudo em algumas páginas, tanto que, em minhas consultorias, utilizo esse processo de descoberta e criação da liberdade financeira para pessoas cujos objetivos são bastante variados – desde problemas de dívidas até aquelas que querem criar melhores carteiras de investimentos.

Ao final deste ebook, apresento o que chamo de **5 passos para a liberdade financeira**.

## 1.1. Minha história

*“Se você nasceu pobre, não é sua culpa.  
Mas se você morrer pobre, será sua culpa.”*

**- Bill Gates**

Meu nome é Gabriela Mosmann. Sou economista formada pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), mestre e doutoranda em Finanças também pela UFRGS.

Hoje, já conquistei não apenas minha liberdade financeira, mas a liberdade de poder trabalhar com o que gosto. Porém, falar dos resultados é fácil. Sou muito orgulhosa de tudo que consegui conquistar na minha vida, mas o caminho até aqui não foi fácil – e nem um pouco simples.

Gostaria de dividir aqui, com você, um pouco da minha história e de como eu consegui chegar aonde cheguei.

Nasci em um família maravilhosa, de classe média e bem longe da riqueza. Mas o que a tornava tão boa era – e continua sendo – o apoio pelo que eu bem entendesse. A vida financeira da minha família nunca foi fácil. Isso me fez perceber, ainda bem nova, que seria **eu** a responsável por ir atrás da minha estabilidade financeira.



Comecei a estudar finanças pessoais e aplicar, na prática, técnicas para economizar e investir de formas mais eficientes. Aos poucos, fui aprimorando todo o conhecimento e colhendo os frutos da minha persistência.

Com o passar do tempo, cresci profissionalmente, o que me gerou mais renda. Tive condições de morar sozinha, pagar todas as minhas contas, ter dinheiro para investir e ainda dar suporte financeiro à minha família. Isso em razão de ter um planejamento poderoso, que me possibilitava compreender como lidar com o meu dinheiro para conquistar os meus objetivos.



*Aqui, um pouco da minha vida.*

Consegui tanto êxito com meu planejamento que conquistei uma estabilidade a partir da qual pude pedir demissão e seguir atrás de vários sonhos. Tudo isso sem precisar me preocupar com dinheiro. Encontrei um ponto de equilíbrio em que eu sabia como manter meu dinheiro trabalhando para mim. Fazia dele o meu empregado que cuidava da segurança financeira da minha família e que dava suporte aos meus sonhos.

Viajei muito e pude abrir mão de um trabalho com um alto salário para estudar! São decisões que, para mim, têm muito significado.

Nessas palavras, parece ter sido fácil. A grande imagem de um bom planejamento é assim: **sucesso**. Mas a dificuldade está nos pequenos momentos, no dia a dia. A vontade de desistir e todos os tipos de pensamento negativos eram constantes na minha vida. Os tombos e as decepções que a vida traz não são superados facilmente.

Durante todo esse percurso, tive muitas dificuldade e enfrentei todas as sensações possíveis: frustração, culpa, restrição, fracasso, cansaço, desespero, confusão...

Mas o que possibilita enfrentarmos e superarmos todas essas situações é ter um plano muito bem definido. O que faz com que tenhamos persistência é entender muito bem nossos verdadeiros objetivos.

O caminho não é fácil, ainda mais quando não temos um guia lógico sobre o que fazer e por onde seguir. Como comecei sem conhecimentos, acabei cometendo o mesmo erro que a maioria das pessoas comete. Não sabia por onde iniciar, então buscava informações genéricas pela internet. No fim, acabava mais confusa – e pior, sem resultados.

Depois de muito tempo batendo a cabeça e de uma quantidade absurda de erros, fui encontrando uma resposta. Aos pouco, vi que eu não precisava buscar informações complexas: o simples fazia resultados. Eu precisava me concentrar no básico, em informações fáceis.

Toda grande transformação financeira começa por entendermos algo que não está em nenhum livro, em nenhum site e muito menos em nenhum vídeo do YouTube. Algo que apenas nós mesmo podemos responder: **como cada um de nós lida com o próprio dinheiro.**

Muitas pessoas consideram dinheiro um assunto complicado. Isso ocorre porque elas não entendem algo muito importante: elas mesmas!

As verdadeiras dificuldades são aquelas enfrentadas em nosso dia a dia: entender como lidamos com dinheiro e quais são nossos hábitos de consumo.

*“O que descobri sobre trabalhar com finanças pessoais é que a boa notícia é que não é uma ciência do foguete. Finanças pessoais são cerca de 80% de comportamento e apenas 20% de conhecimento.”*

**- Dave Ramsey**

## **1.2. Transformação**

*“Você é 10% o que acontece a você e 90% como você reage a isso.”*

**- Charles R. Swindoll**

Nas próximas páginas, quero te ajudar em um processo de auto-conhecimento para você começar a mudar a sua vida.

Como já comentei, esse assunto não pode ser resumido em tão poucas páginas. Por isso, não se limite apenas ao que vou te mostrar aqui! Pense em tudo como um processo em que, aos poucos, você vai se aprimorando cada vez mais.

Aqui, quero te mostrar por onde começar e quais passos seguir – para acabar de vez com a confusão sobre o que e quando fazer. Quero garantir que você esteja no caminho certo e que saiba quais são os passos necessários para conquistar todos os seus objetivos.



# 2

## Autoconhecimento

*“Qualquer um pode ser rico.  
É apenas uma questão de o que riqueza significa para você”*  
- **Ramit Sethi**

Muito se fala sobre autoconhecimento, e particularmente sou obcecada pelo assunto. Isso pode não só transformar uma pessoa, mas também fazer com que ela tenha a capacidade de compreender o que a cerca e como agir em seu meio.

Sabemos a importância desse assunto para conseguirmos usar todo o nosso potencial – seja na vida profissional, seja na vida pessoal.

### **Então por que não na vida financeira?**

Em finanças pessoais, autoconhecer-se é tão importante como em qualquer outra área. Para alguns, pode ser até mais, afinal as outras áreas envolvem dinheiro.

Poderia falar incansavelmente sobre todos os possíveis benefícios disso, mas vamos direto ao ponto. Dentro de toda a possibilidade de desenvolver autoconhecimento, quero especificar uma bem simples: **sua relação com o dinheiro.**

Em outras palavras, como e por que você gasta dinheiro.

As pessoas têm motivos, razões e incentivos diferentes para gastar. São diferenças de percepção e de como lidar com dinheiro. Tudo isso é de extrema importância, afinal pessoas distintas não podem ser tratadas da mesma forma.

Um conselho ótimo para um pode ser totalmente inútil para outro.

A busca por entender como indivíduos de uma sociedade se comportam e agem com relação ao dinheiro e à economia desenvolveu um campo muito novo de pesquisa e estudo. O campo se chama **finanças comportamentais**, ou economia comportamental, e vem em tamanha ascensão que, em 2017, o prêmio Nobel de Economia foi concedido ao economista Richard Thaler por suas contribuições na área.

Digo isso apenas para você entender como esse assunto é importante e está em alta. Ademais, é algo muito novo – por isso você não deve se sentir culpado por nunca ter pensado muito a respeito. Você realmente pode começar a fazer a diferença agora mesmo.

Primeiro vamos descobrir qual é o seu perfil financeiro; depois vamos entender como você lida com seu dinheiro e como o gasta. Afinal, grande parte do problema vai poder ser compreendido apenas conhecendo seu perfil financeiro.

Talvez você já tenha uma ideia sobre isso, mas a partir daqui ficará mais fácil saber onde você está hoje no caminho para sua liberdade financeira.

Vamos lá!

# 3

## Seu perfil financeiro

*“A menos que você controle seu dinheiro, fazer mais não ajudará. Você apenas terá pagamentos maiores.”*

**- Dave Ramsey**

Todos nós somos diferentes. Cada um é único e tem um perfil próprio. Respondemos de formas diferentes a determinados incentivos e situações. Lidamos com nossa realidade, pensamos, aprendemos e agimos de maneiras distintas.

Algumas pessoas são mais falantes, outras são mais caladas. Existem os confiantes, os tímidos, os medrosos e os avoados, cada um com seu próprio perfil. Essas diferenças pessoais também aparecem quando o assunto é dinheiro.

Assim, além de seu perfil pessoal, você dispõe de um perfil financeiro.

Identificar seu perfil financeiro é muito importante. Ele possibilita entender sua relação com o dinheiro, além de evitar autossabotagem financeira e hábitos inconscientes. Você não sabe o motivo de ter comprado aquele sapato ou aquele carro – ou de ter feito aquela aplicação.

Talvez você não entenda o porquê de nunca ter dinheiro em mãos, ou mesmo o motivo de ser tão difícil para você realizar um investimento de grande risco. Esses são exemplos de pensamentos e ações que deixam um pouco mais clara a necessidade de entender seu perfil financeiro.

Entre todas as definições de perfis financeiros, particularmente gosto muito da que Gustavo Cerbasi descreve em seu livro *Casais inteligentes enriquecem juntos*.

Porém, como o próprio nome do livro sugere, Cerbasi usa essas definições para traçar perfis compatíveis de casais e como eles podem lidar com suas possíveis diferenças.

De forma geral, existem os seguintes cinco perfis financeiros:

1. Poupador.
2. Gastador.
3. Descontrolado.
4. Desligado.
5. Financista.

Entender seu perfil é fundamental, pois isso ajuda a lidar com todas as possibilidades financeiras existentes. Além disso, ao conhecermos nossas características, podemos evitar erros recorrentes. Por exemplo, imagine-se como um gastador. Conhecendo essa característica, você pode se policiar para entender o que te motiva a comprar – e então evitar essa postura.

A generalização de perfis – neste caso, cinco – não é a melhor forma de trabalhar, mas com certeza é a mais eficiente dentro de nossas possibilidades. Digo isso pois aqui não tenho como te conhecer e entender suas especificidades e características. Mas você pode sim, por meio do que vou te ensinar, começar a moldar sua própria descrição.

Lembre-se: essa é apenas uma generalização para você começar a entender o assunto e a gerar resultados reais. Seu perfil financeiro, seus hábitos de consumo, seus objetivos e seus sonhos são únicos – e assim devem ser tratados.

Entenda que seu perfil financeiro muda com o tempo: sua situação não é permanente e você pode alterá-la. Isso acontece porque somos seres mutáveis. Podemos ser algo hoje, mas totalmente diferentes amanhã. O processo de evolução é constante, e você deve ter isso em mente. Podemos ser indivíduos melhores: basta apenas querer isso. Nossa busca por conhecimento é um processo, não um evento.

Com este ebook, quero te oferecer os princípios necessários para você começar essa busca. Quero trazer informações iniciais para você começar a ter mais resultados na sua vida. Não se limite ao que trago aqui!

Você pode ser uma mescla dos perfis apresentados neste material. Um pouco de um e de outro. Não existe uma padronização definida. As definições estão colocadas aqui dessa forma para facilitar seu entendimento: o objetivo é que você saiba o que fazer e para onde ir de forma mais fácil e simples!

Aqui, quero definir esses perfis individualmente e verificar como podemos lidar com cada um deles em suas qualidades e defeitos próprios.

### 3.1. Poupador



As pessoas com o perfil poupador sabem a importância de economizar. Elas costumam se preocupar muito com o futuro e, assim, normalmente abrem mão de viver o agora para garanti-lo. Em razão disso, os poupadores costumam pensar e refletir muito antes de realizar uma compra, além de analisar se o que querem adquirir vale mesmo o valor cobrado, se é necessário ou se não pode ser substituído por outro semelhante de menor preço.

Esses indivíduos buscam poupar ao máximo e não se importam em restringir seus gastos para isso. Rotulado como “Tio Patinhas”, o poupador é tachado de mesquinho, avaro, mão-de-vaca e pão-duro.

## **Lado positivo**

Têm grande disciplina e capacidade de economizar. Poupadores vão sempre guardar seu dinheiro com muita atenção, mesmo embaixo do colchão ou na poupança.

São economizadores por natureza. Sempre estarão à procura de menores preços, independentemente do que for – seja na padaria, seja na compra de um imóvel.

Como eles sempre têm dinheiro guardado, costumam ser a salvação de familiares e amigos.

Poupadores só empreendem quando têm certeza do que querem e do que estão fazendo – e se dispõem dos recursos necessários para o investimento.

## **Lado negativo**

Eles são investidores muito cautelosos, o que pode colocá-los em problemas financeiros. Estranho, não? Mas nem sempre o hábito de guardar dinheiro é o melhor investimento que podemos fazer. Muitos poupadores investem na poupança, que rende pouco e pode levar a uma perda do valor real investido, bem como uma perda do custo de oportunidade.

Poupadores, devido ao seu desejo de economizar constantemente, restringem-se a novas experiências e se conformam com um padrão de vida simples. Além do mais, movidos pela busca por pagar mais barato, podem realizar muito mais negócios caso ignorem a qualidade deles. Como o bom e velho ditado já diz: “o barato pode sair caro”.

Geralmente, são muito avessos ao risco em novos empreendimentos. Por isso, quando grandes investimentos são necessários, eles não os realizam, causando danos ao negócio e dificuldades ao empreendimento.



## O que fazer e para onde ir

Poupadores precisam entender que nem todas as economias são “inteligentes” – nem sempre o mais barato é a melhor opção. Além disso, precisam se abrir para o desconhecido nos investimentos e sair da zona de conforto da poupança.

Poupadores são bem conscientes sobre sua situação financeira. Têm uma boa noção sobre dinheiro, porém precisam começar a buscar formas de empreendê-lo melhor!

Dentro dos 5 passos para a liberdade, eles se encontram no 4.

### 3.2. Gastador



Aqueles que valorizam o momento têm o perfil gastador. Gostam de viver o aqui e o agora e não se preocupam muito com o futuro. São contrários aos poupadores, pois, ao invés de restringirem o agora para viver o futuro, restringem o futuro para viver o agora.

Seus salários são quase imediatamente gastos. Eles gostam da sensação imediata da compra, por isso não se importam em tomar dívidas e realizar financiamentos. Tudo para poderem se sentir recompensados pelos gastos.

Têm um estilo de vida abundante, concentrado em prazeres imediatos, qualidade e boas experiências. Em razão disso, geralmente fazem sucesso entre amigos e conhecidos.

No caso de terem algumas economias, elas contemplam somente objetivos de curto prazo, como as próximas férias.

### **Lado positivo**

O gastador sabe aproveitar o que a vida tem de melhor a oferecer. Ele mantém diversos *hobbies*, amigos e histórias para contar. Essas pessoas sabem como viver o agora e como aproveitar cada instante.

Além disso, elas compreendem que é muito bom ter recompensas pelo trabalho e esforço, isto é, saber que temos retorno e que isso possibilita a realização de nossos sonhos de consumo.

### **Lado negativo**

Como o gastador não se priva de nada, ele pode gerar diversos gastos desnecessários e não pensados. O gastador não entende que a motivação que o leva a gastar é muitas vezes induzida por modismos ou emoções.

Essas pessoas costumam se endividar com muita facilidade. Muitos param de gastar quando o dinheiro acaba, porém outros não se importam em adquirir dívidas para continuar gastando. Isso pode levar a situações perigosas, como entrar no rotativo ou tomar um empréstimo para comprar algo desnecessário.

Vemos exemplos disso frequentemente: basta pensar em alguma celebridade que ganhava milhões e hoje está falida.

Geralmente, essas celebridades têm gastos contínuos, mas dependem muito do emprego e de seus salários. Sem considerar que podem ter aversão a planejamento e controles financeiros.

Há muita insegurança com relação ao futuro, e talvez eles próprios não se deem conta disso.

### **O que fazer e para onde ir**

Gastadores precisam entender que o futuro um dia vai chegar. Não há nada de errado em querer aproveitar o agora, mas é necessário encontrar um equilíbrio!

Essas pessoas sabem claramente do que elas gostam, mas pecam em criar um planejamento e persistir em suas metas e objetivos de longo prazo. Provavelmente, porque não sabem criar um planejamento consistente, realizável e que faça sentido para elas.

A gratificação instantânea, aquela recompensa prazerosa que temos ao gastar agora, é o maior problema para essas pessoas. Para reverter essa situação, elas precisam aprender a criar metas realizáveis, definir prioridades sobre seus gastos e mudar suas mentalidades.

Conseguir economizar não é difícil quando entendemos o que queremos e aonde queremos chegar.

Dentro dos 5 passos para a liberdade, eles se encontram no 1.

### **3.3. Descontrolado**



O próprio nome já define: essas são as pessoas que não têm nenhum controle financeiro. Não sabem quanto dinheiro recebem, muito menos quanto gastam. Não têm o mínimo de disciplina e cuidado com suas finanças pessoais.

Por não cuidarem de suas finanças, não olham contas e não as administram. Não sabem e não se importam muito com conhecimento financeiro.

O dinheiro parece que dura menos a cada mês. Os descontrolados vivem atolados em contas, empréstimos, cheque especial e cartão de crédito. Estão em constante acúmulo de dívidas.

Esse perfil pode ser considerado um caso extremo do gastador, porém muito mais irresponsável e inconsequente com suas finanças.

### **Lado positivo**

Infelizmente, não há nenhum benefício em ser um descontrolado. Talvez possamos colocar como um ponto positivo a possibilidade de mudar de perfil, já que ninguém está fadado a ser um descontrolado ao longo de toda a vida.

### **Lado negativo**

Como não há nenhum lado positivo, já podemos entender que o perfil inteiro é negativo.

Como os descontrolados estão em constantes dívidas, eles acabam pagando juros excessivos e desnecessários, os quais poderiam ser evitados com um simples planejamento financeiro.

Essa aquisição constante de dívidas também pode ser uma grande fonte de desconforto e conflitos. Descontrolados podem levar familiares e amigos à instabilidade financeira, prejudicando-os.

### **O que fazer e para onde ir**

Descontrolados, acima de tudo, precisam tomar consciência de que a mudança não é uma opção, mas uma obrigação. Apenas com a conscientização financeira eles poderão adquirir estabilidade em suas vidas e alcançar seus sonhos.

A mudança deve ser iniciada a partir da mentalidade: é necessário entender que eles precisam transformar a própria personalidade e tomar consciência financeira.

Dentro dos 5 passos para a liberdade, eles se encontram no zero.

### 3.4. Desligado



Quem se identifica com esse perfil são aquelas pessoas com certa noção financeira, mas que não ligam muito para isso. Seu cuidado com as finanças pessoais poderia ser considerado como intuitivo, pois elas não realizam um planejamento e um monitorando de suas finanças. Cuidam somente do mínimo necessário para não se encontrar em dívidas e não dão muita atenção a investimentos.

Desligados gastam menos do que ganham, mas não sabem exatamente quanto. Não realizam grandes investimentos e, quando poupam, trata-se apenas das “sobras” de seus salários.

Quando percebem que têm economias razoáveis, utilizam esse dinheiro para adquirir bens e serviços imediatos – como uma viagem – ou realizar uma troca de carro, por exemplo. Sempre acham que é cedo demais para pensar no futuro, aposentadoria ou independência financeira.

Muitos desligados agem como doadores, sempre pensando nos outros e utilizando seu dinheiro para resolver problemas alheios.

#### **Lado positivo**

Desligados são pessoas muitas vezes desapegadas do dinheiro, sem se importar tanto com bens materiais e com o dinheiro em si. Por esse motivo, podem facilmente reduzir gastos, uma vez que estabelecem um controle e um planejamento financeiro.

Também por frequentemente não ligarem para o consumo, usam seu dinheiro para ajudar outras pessoas.

### **Lado negativo**

Por não darem muita atenção às próprias finanças e em razão da própria falta de disciplina, desligados geralmente não conseguem definir e atingir planos e objetivos.

Ajudar os outros é muito legal e gratificante. Entretanto, é necessário ter cautela antes de sair por aí abrindo a carteira e distribuindo dinheiro. Desligados podem ser vítimas de exploradores que apenas queiram abusar de sua boa vontade.

### **O que fazer e para onde ir**

Assim como os descontrolados, os desligados devem mudar sua mentalidade sobre dinheiro. Este realmente não precisa (e não deve) ser o foco da vida, mas é necessário que seja usado de maneira controlada. É preciso ter consciência sobre o que fazer a seu respeito.

Essas pessoas não têm tantos problemas com dívidas, afinal conseguem se manter no zero a zero. Porém, podem se beneficiar muito ao definir prioridades em seus gastos e criar o hábito de construir e monitorar um orçamento simples.

Metas devem ser estabelecidas – a começar pelas pequenas. Ninguém consegue sair do zero e chegar ao extremo em pouquíssimo tempo.

Dentro dos 5 passos para a liberdade, eles se encontram em uma mescla entre o 1, o 2 e o 3.



### 3.5. Financista



Os financistas, assim como os poupadores, pensam no futuro, mas têm diferentes estratégias para alcançar seus objetivos. Essas pessoas estabelecem metas e trabalham para alcançá-las.

O propósito dos financistas não é economizar por economizar, mas sim para investir. Eles sabem identificar custos de oportunidade e estudam os cenários, riscos e possibilidades de ganhos antes de investir. São pessoas que valorizam o conhecimento financeiro.

Financistas são planejadores por natureza e sabem visualizar suas metas. Rigorosos com controle financeiro, conhecem todas as suas fontes de renda e seus gastos. Eles elaboram planilhas de controles – desde o supermercado até os investimentos – e monitoram seu orçamento e suas metas de perto.

#### **Lado positivo**

São pessoas com muita facilidade para planejar e executar. Sabem definir suas metas e objetivos, bem como realizá-los. Além de terem total controle sobre todas as contas, sabem administrar dívidas e investimentos. Dificilmente são pegos de surpresa.

Financistas pensam no futuro, mas não apenas nele. Sabem identificar os momentos e as oportunidades para investir no longo prazo, mas também em curto e médio prazo. Entendem os riscos e custos de oportunidade existentes em cada investimento.

São grandes empreendedores: quando resolvem abrir um negócio, sempre dispõem de um bom planejamento e de definição de metas.

### **Lado negativo**

Financistas geralmente têm a situação sob controle, o que pode fazer com que eles tenham dificuldades para ouvir e aceitar opiniões. Isso também pode trazer problemas quando é necessário tomar decisões em conjunto – em uma empresa, por exemplo.

Por terem muito conhecimento financeiro, podem se tornar chatos com detalhes excessivos.

### **O que fazer e para onde ir**

Financistas em geral estão no caminho certo para a liberdade financeira, se já não a atingiram.

Eles devem ter em mente que não podem parar de buscar conhecimentos financeiros – e que, eventualmente, devem rever como anda a própria situação.

Financistas devem estar cientes da contínua evolução e da busca por mais e mais conhecimentos.

Dentro dos 5 passos para a liberdade, eles se encontram no 5.

# 4

## Como seu comportamento pode te poupar dinheiro

*“A primeira regra das finanças pessoais não é sobre finanças nem pessoas. É sobre sua capacidade de fazer dez mudanças e não ficar muito deprimido sobre elas.”*

**- James Altucher**

Primeiro, era uma ideia radical. Em seguida, uma tendência. Agora, uma sabedoria (quase) aceita. Todos nós já devemos ter ouvido falar de economia e finanças comportamentais – talvez não exatamente com esses nomes, mas em algum assunto relacionado.

Economia comportamental é uma área que estuda as variáveis psicológicas e comportamentais envolvidas no processo decisório das pessoas. Por meio do desenvolvimento de pesquisas e diversos experimentos, pesquisadores identificaram uma série de vieses decisórios (desvios de comportamento) comumente observados nas sociedades.

No caminho desses desvios comportamentais está nosso instinto. Ou seja, um consolidado de informações que foram geradas durante nossas vidas por meio de experiências internalizadas nos nossos subscientes. Com elas, nossos cérebros fazem julgamentos instintivos.

Às vezes, fazemos esses julgamentos instintivos porque são mais fáceis – formamos um hábito ou uma decisão importante o suficiente para justificar muito esforço cognitivo. Às vezes, porque temos uma resposta emocional tão forte ao estímulo ou circunstância que ela sobrepõe qualquer desejo de processar informações lógicas.

## **Mas enfim, o que ela realmente significa para nós como indivíduos?**

- Você já se colocou em uma dieta rigorosa – apenas para adiá-la para a semana seguinte, quando é confrontado por um pedaço de bolo de aniversário no escritório?
- Você já teve um impulso de comprar algo – apenas para depois lembrar que havia uma razão para nunca comprar aquilo?
- Você já experimentou momentos de surpresa com sua incapacidade de fazer as coisas – “como eu não tinha feito isso antes?!”.  
.
- Você já deixou aquela tarefa fácil, mas chata, para a última hora, simplesmente por preguiça?
- Você já se comprometeu a se concentrar em algo – para em seguida perceber que passou vários minutos navegando na internet?

Esses são apenas alguns exemplos de nossos desvios comportamentais.

Se você respondeu “não” a todas as perguntas: parabéns! Você tem uma excelente força de vontade e deve levar uma vida bastante organizada.

Se você respondeu “sim” a pelo menos uma das perguntas – ou mesmo como eu, que tenho um grande sim em todas –, não se desespere, pois isso é o natural do comportamento humano. Talvez eu não possa resolver todos os seus problemas, mas ao menos tentarei te mostrar como economizar algum dinheiro com isso!

Economia comportamental pode sim te fazer economizar dinheiro. Afinal, para a grande maioria de nós, meros humanos, as situações relatadas são normais. Isto é, situações em que nos comprometemos com algo e não cumprimos.

Você deve ter percebido aonde quero chegar: os erros que você vem cometendo com seu dinheiro – muitos dos quais eu mesma já cometi – são fruto de nossos problemas como humanos.

Concluimos que existe um comportamento racional e sensato. Ao mesmo tempo, há o caminho humano: a vida acontece; nos ocupamos; ficamos com medo; somos influenciados pela opinião popular; nos atraímos por tudo aquilo que recebe nossa atenção imediata.

### **Lembre-se: você é apenas humano!**

Provavelmente, não será surpresa descobrir que desvios comportamentais ocorrem em todas as partes da vida, particularmente no que diz respeito ao dinheiro. Dinheiro frio e duro pode confundir um coração mole e quente. Em outras palavras: nos emocionamos quando se trata de dinheiro.

Apesar de não sermos racionais, na verdade é muito simples prever – e antecipar – desvios comportamentais.

A seguir, vejamos alguns desvios comuns.

## **4.1. Problema: gratificação de curto prazo**

Gratificação de curto prazo, ou mesmo instantânea, é aquela sensação de recompensa imediata após a realização de algo. É por conta dela que você compra algo por impulso, como o bolo de chocolate que não devia, e procrastina até o último momento para lavar a louça.

Estudos mostram que o raciocínio das pessoas é diferente quando elas pensam no futuro e quando pensam no presente, o que torna difícil lidar com a vontade de realização e o prazer imediato em relação a um benefício futuro.

Não é de se admirar que as necessidades de curto prazo tenham prioridade sobre as de longo prazo.

## **Solução: definição de metas**

Visualizar sua vida futura e realmente criar metas possíveis é uma maneira de tornar mais fácil lidar com a gratificação instantânea. Claro, criar metas grandes e assustadoras é bom, mas dividi-las em metas menores e de curto prazo te ajudará a permanecer no caminho certo.

Lembre-se: seu futuro é impactado pelas decisões que você toma hoje!

## **4.2 Problema: confiança na força de vontade**

Como aquele e-mail que permanece em sua caixa de entrada, economizar, investir, planejar, reequilibrar e permanecer devidamente diversificado são ações facilmente esquecidas, deixadas para depois.

Nossa força de vontade é igual a um músculo: quanto mais você a usa, mais ela se fortalece. Porém, se usada de forma muito intensa, ela falha.

## **Solução: automação e criação de hábitos**

Em vez de confiar em sua força de vontade (não confiável), automatize todas as tarefas difíceis e concentre-se em criar hábitos.

Automatize investimentos direto de sua conta corrente e/ou folha de pagamento. Crie o hábito de verificar semanalmente suas metas e seu planejamento – não é tão ruim quanto parece!

## **4.3 Problema: viés de excesso de confiança**

Em uma escala de um a dez, como você avaliaria suas habilidades de direção?

O mais provável é que responda “sete”, e você não é o único. Mas alguém tem que estar errado. Estatisticamente falando, é impossível que a maioria das pessoas esteja acima da média.



O excesso de confiança também existe em finanças. As pessoas acham que podem fazer melhor que o mercado quando investem por conta própria, mas, na maioria das vezes, as coisas pioram. Ou acreditam que sabem tanto quanto um profissional – e que, portanto, não precisam de ajuda.

Há outras razões que fazemos mal quando investimos sozinhos. Escolhemos investimentos usando informações limitadas, como selecionar apenas o que conhecemos ou de que ouvimos falar (viés de familiaridade), ou nos concentramos teimosamente em ações porque seu preço atual está abaixo do preço de compra (ancoragem).

### **Solução: combine o mercado**

Na realidade, até mesmo os profissionais não têm todas as informações (ou a bola de cristal) necessárias para cronometrar o mercado. Nunca podemos saber o que o mercado fará no curto prazo: resta-nos investir em seu crescimento de longo prazo e diminuir o risco onde conseguirmos.

Investir em um portfólio diversificado de diversas empresas, tanto nas locais como no exterior, além de renda fixa e de outros tipos de investimentos, significa que você terá menos impacto quando as ações de qualquer empresa individual caírem.

Busque ajuda de um profissional: existe uma razão para ele ser um profissional no assunto e você não.

## **4.4. Problema: lacuna de empatia**

Além de superestimar nossa capacidade de avaliar nossas habilidades, tendemos a superestimar quão confortáveis estaremos com o risco e o estresse no futuro.

Esta situação se aplica tanto para economias como para investimentos: pessoas estressadas tendem a gastar mais e com menos consciência a respeito de suas necessidades. Muitas vezes, utilizam a gratificação instantânea como um alívio para o estresse.

Por exemplo, mesmo sabendo que comprar na alta e vender na baixa é uma estratégia perdida, a maioria das pessoas acha extremamente difícil permanecer com um investimento quando o mercado cai. Vez após vez, aqueles que investem em um mercado em baixa fazem bem quando se recuperam. Então, como você supera o medo e fica no mercado?

**Solução: defina e esqueça**

Estabeleça metas e objetivos de forma a facilitar que você siga com eles. Além disso, procure descobrir esses momentos em que seu comportamento te leva a tomar decisões que você não quer tomar.

Busque definir um plano para você – em algum momento em que você esteja racional. Isso ajudará a tomar decisões corretas e evitar situações em que o estresse e o medo te desviam de seus objetivos.

Contratar um consultor financeiro para falar sobre as dificuldades e te ajudar a definir metas viáveis é uma forma de manter a calma quando as coisas ficam mais complicadas.

# 5

## Conquiste a liberdade financeira

Você por acaso tem dificuldades de controlar seu dinheiro?

Ou apenas não sabe o que fazer sobre sua situação atual?

Isso é muito normal, afinal as informações que recebemos constantemente não são diretas, muito menos simples e claras. Além disso, algo muito importante quando se trata de controle financeiro não é levado em conta: **você!**

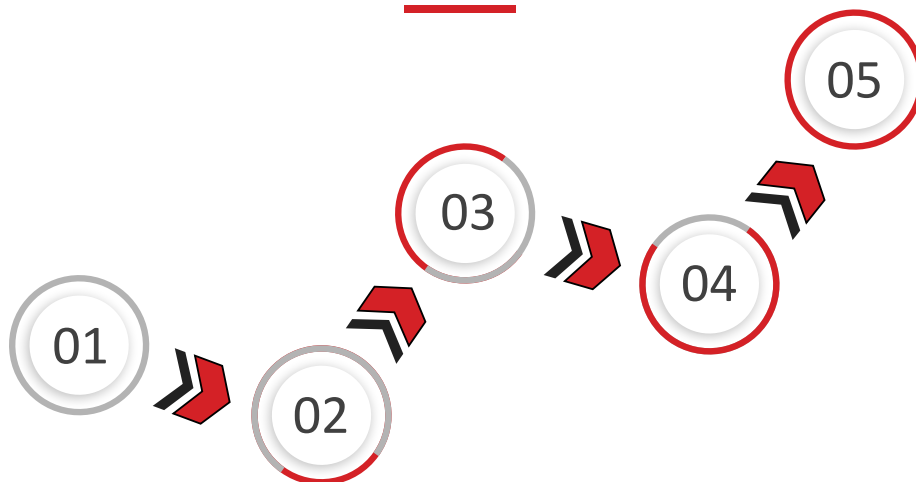
Nossas características pessoais são fundamentais para conseguirmos entender como lidamos com dinheiro. Conhecê-las ajuda a construir um planejamento condizente com nossos princípios, objetivos e sonhos.

Toda a sua frustração por não conseguir criar objetivos e se manter persistente neles pode acabar. Isso porque existe um processo lógico para formar suas metas financeiras e conseguir conquistá-las.

Economizar não precisa ser sobre restrições, pois, entendendo como priorizar corretamente seus gastos e descobrindo os gatilhos mentais que te fazem gastar, você vai conseguir guardar dinheiro de uma forma tão surpreendente que parecerá natural.

Afinal, tudo que você deseja é ter mais tranquilidade na sua vida, principalmente com relação ao dinheiro – para nunca mais precisar abrir mão do que você quiser!

## 5 PASSOS PARA A LIBERDADE FINANCEIRA



Eu desenvolvi cinco passos definitivos para te tirar da confusão financeira e te levar até sua liberdade! Com eles, te mostro como ter **controle total** sobre seu **dinheiro** por meio do conhecimento básico sobre **finanças pessoais**.

Tudo de forma tão simples: você não precisa ser nenhum *expert* para ter resultados extraordinários.

A liberdade financeira é facilmente conquistada quando você aprende como ter **total** controle do seu dinheiro. Não existem grandes mistérios: é apenas um processo simples!

**Sim, simples! Pois é o simples que funciona!**



## 5.1. Os 5 passos para a liberdade financeira

Os 5 passos para a liberdade financeira são divididos em:

- Passo 1: Descoberta.
- Passo 2: Localização.
- Passo 3: Orçamento.
- Passo 4: Economias.
- Passo 5: Investimentos.



*Não existem mistérios para conquistar sua liberdade financeira.*

# 6

## Planejamento financeiro

Ninguém planeja fracassar: as pessoas fracassam devido à falta de planejamento. Portanto, é necessário planejar-se em busca de seus objetivos, bem como saber definir suas metas e escolhas.

Após conhecer como você age em relação ao dinheiro, é preciso conhecer seu perfil financeiro e todas as suas características pessoais relacionadas ao dinheiro. Você deve construir um planejamento (orçamento) de forma que se torne possível alcançar a tão sonhada liberdade financeira e todos os seus objetivos.

A vida de quem tem controle sobre as finanças não é uma vida de restrições, como muitos podem imaginar. Quem tem domínio sobre o próprio dinheiro encontra a liberdade para gastar com o que quiser, como quiser, onde e quando quiser – mas sabendo como manter tudo dentro das próprias possibilidades e do próprio orçamento.

Por exemplo, você pode ter o sonho de adquirir um determinado bem, como um carro. Aqueles que não têm controle sobre as próprias finanças entram em financiamentos além de sua capacidade de pagamento, adquirindo bens muito acima de seu padrão de vida. Isso sem considerar todos os custos adicionais esquecidos no impulso da compra.

Por outro lado, as pessoas com consciência financeira vão se questionar antes se podem adquirir determinado bem naquele momento. Elas vão planejar quando será o melhor momento para a compra, bem como organizar seus outros gastos para que a aquisição seja possível sem impactar as metas de longo prazo.

Além disso, vão buscar itens que estejam dentro de suas capacidades de pagamento e de seu padrão de vida – e sabem que devem considerar os custos adicionais do novo bem em seu orçamento. Também entendem como as taxas de financiamento funcionam e, a partir disso, negociam melhores formas de pagamento.

A liberdade financeira consiste em saber manter seu consumo dentro do seu padrão de vida. Isso não é restritivo. Essa é a única forma verdadeira de você ter a capacidade de adquirir tudo o que você quiser e não entrar em dívidas eternas.

Sabemos que, para atingir a liberdade financeira, é preciso saber gastar o próprio dinheiro. Não é necessário dispor de um alto salário para conseguir construir um padrão de vida bom e feliz, mas sim saber como utilizar os recursos disponíveis.

Existem muitas pessoas que alcançaram sua independência sem muito dinheiro, assim como há pessoas ricas, porém instáveis do ponto de vista financeiro e emocional. O primeiro cenário é possível por meio de um planejamento financeiro bem estruturado.

Para isso, você não precisa realizar nenhum cálculo matemático complexo, muito menos ter alguma habilidade especial. A única coisa que vai ser requisitada de você é um pouco de seu tempo para traçar seu planejamento e acompanhá-lo.

Muitas pessoas acabam evitando esse passo devido à preguiça de traçar e acompanhar as próprias metas. Também pelo fato de quererem continuar se iludindo e gastando. Pense nos benefícios que um planejamento te trará – e em como o domínio de sua vida financeira será benéfico para você e toda a sua família.

Para deixar de procrastinar e para realizar seu planejamento, concentre-se no que te motiva em busca da liberdade financeira. Os pontos fundamentais em um planejamento financeiro adequado são:

- Controle de gastos.
- Estabelecimento de metas.
- Disciplina de investimentos.
- Ajustes periódicos relacionados à renda.
- Administração frequente.



Agora vamos entender cada um deles, bem como a razão de você precisar deles para conquistar sua liberdade financeira.

## 6.1. Controle de gastos

O passo inicial é o controle dos gastos, a forma mais fácil de você fazer com que sobre dinheiro todo mês.

Esse processo é iniciado com o acompanhamento contínuo dos seus gastos – como o que sugeri para a identificação dos padrões de consumo. Tenha sempre consigo algo em que você possa anotar tudo aquilo que gasta. Dessa forma, você garantirá o controle do fator principal para seu sucesso financeiro.

Em seguida, entenda o que e quais são seus gastos fixos e variáveis. Com o que você gasta todo mês a mesma quantia? Por exemplo, aluguel, luz, transporte e alimentação: esses são seus gastos fixos. Por sua vez, seus gastos variáveis são todos aqueles que oscilam de valores mês a mês. Consultas ao médico, vestimenta e cinema, por exemplo.

Entre gastos fixos e variáveis, existem os necessários e os desnecessários. Coloque todos eles em um papel e questione um por um:

- Você precisa desse gasto na sua vida?

Se não precisa, corte-o. Se precisa, faça a próxima pergunta.

- Você consegue diminuir o valor desse gasto?

Muitas vezes, temos gastos constantes que poderiam ser reduzidos simplesmente ao solicitarmos um desconto. Por exemplo, você pode economizar uma boa quantia em tarifas ao negociar com seu gerente de banco. Isso também é útil àquelas pessoas que muitas vezes já poupam, mas que nunca tentaram negociar economias em contas consideradas necessárias.

## 6.2. Estabelecimento de metas

Metas são os objetivos e os sonhos que você deseja alcançar. Mais do que isso, elas devem ser definidas de forma a possibilitar suas realizações. Metas são caracterizadas por serem pessoais, escritas, possíveis e importantes.

Escrevê-las é muito importante, pois assim um comprometimento direto com elas é criado. Você não só formaliza seu objetivo, mas também consegue defini-lo e acompanhá-lo de forma mais eficiente. Um dos formatos mais disseminados e sugeridos para a composição de metas se dá por meio do formato SMART, que corresponde a:

- eSpecífica – o quê?
- Mensurável – quanto?
- Alcançável – como?
- Relevante – por quê?
- Temporal – quando?

Dentro de seus objetivos financeiros, sempre tenha metas bem estabelecidas. Defina o que você quer alcançar e coloque um prazo nisso. Essas definições vão depender de suas escolhas pessoais, de quais são seus objetivos e de quão rápido você quer atingi-los.

Ter um prazo em suas metas fará com que você se torne mais fiel a elas. Da mesma forma, trará mais consistência e persistência na busca por alcançá-las. Quanto mais detalhes você conseguir especificar em suas metas, melhor. Assim, será muito mais fácil encontrar o objeto ideal, analisar a viabilidade da aquisição, medir seu progresso, manter-se motivado e saber quanto tempo falta para atingir seu objetivo.

Você deve ter metas de curto, médio e longo prazo. Elas devem ser:

- Claras.
- Desafiadoras.
- Atingíveis.
- Atingidas pelo esforço próprio.

Metas de curto prazo são suas metas diárias/mensais: elas vão moldar seus hábitos e possibilitar a realização de metas mais desafiadoras. Pagar o cartão de crédito em dia, fazer sobrar dinheiro todo mês e negociar um desconto no banco são alguns exemplos.

As metas de longo prazo são seus objetivos finais com o planejamento. Por exemplo, sua liberdade financeira, a compra de um imóvel e uma viagem. Elas correspondem a seu sonho, isto é, seu objetivo final.

Entre elas, temos as metas de médio prazo. Essas são anuais ou até mesmo um pouco mais longas. Por exemplo, ter uma economia de X reais no banco, ter um novo investimento lucrativo, liquidar uma grande e antiga dívida, comprar um carro etc.

O mais importante de tudo: seja sempre realista. Planeje sua vida financeira conforme seu poder aquisitivo.

Infelizmente, há bens e serviços que, dependendo de sua realidade financeira, você nunca poderá adquirir. Suponha que sua família tenha uma renda de cinco – ou mesmo 10 – salários mínimos. Reflita e responda:

- Seria possível comprar uma casa de R\$ 5.000.000,00?

Talvez, com muito esforço, você consiga adquirir um imóvel de R\$ 1.000.000,00. Mas valeria esse esforço? Lembre-se de tudo aquilo a que você teria que renunciar – e das dívidas – para possibilitar o pagamento.

Por sua vez, sempre que atingir uma meta ou um prazo, realize um pequeno *feedback* a respeito.

- Você conseguiu conquistar o que queria no prazo estabelecido?
- O que você fez ou deixou de fazer para atingir esses resultados?
- No que você pode melhorar?
- Quais foram os desafios encontrados?

É importante encontrar um equilíbrio entre suas metas e sua capacidade financeira. Concentre-se em poucas metas por vez: quando há muitos objetivos, há também muitos desvios e interferências. Eles podem prejudicar a realização dos seus planos.

### **6.3. Disciplina de investimentos**

Não basta poupar: você deve investir. Os investimentos serão os “empregados” responsáveis pela formação de sua independência financeira.

Para transformar suas economias em seus empregados – fazendo com que elas rendam e se multipliquem –, é necessário entender o mínimo sobre investimentos. Isso também serve para evitar que suas economias percam valor devido à inflação.

Mas claro que não basta conhecer os melhores investimentos e as melhores oportunidades. É preciso ter a disciplina de investir constantemente o valor poupado em nosso dia a dia – até você atingir sua meta final.

### **6.4. Ajustes periódicos relacionados à renda**

Sua renda mudará conforme sua vida mudar. A alteração dela também impactará seu planejamento, mas cuidado: não é porque sua renda aumentou que você deve aliviá-lo. Aproveite o momento em que ela cresceu para ampliar seus investimentos – isso vai acelerar o percurso até sua meta final.

Caso você sofra um impacto negativo em sua renda, aproveite esse momento para rever seus gastos. Talvez isso permita enxergar com mais clareza o que é desnecessário. Se sua renda voltar a crescer, não deixe que esses gastos retornem.

## 6.5. Administração frequente

Agora você sabe como montar um bom planejamento: parabéns! Mas esse é só o começo. Um planejamento financeiro de sucesso requer acompanhamento constante.

Como já comentamos, suas despesas, sua renda e tudo mais mudarão ao longo do tempo. Além disso, o futuro é incerto. Assim, seu planejamento não pode ser algo estático, definido em um momento e nunca reformulado.

Quero que você estabeleça um momento na semana para se dedicar às finanças pessoais. Nesse momento, você atualizará seu planejamento, reverá despesas e investimentos e verificará como está com relação às suas metas.

Você pode discordar dessa necessidade semanal, mas, pelas minhas experiências pessoais e profissionais, essa é a melhor forma. Não adianta você ter um controle diário – não mudará muito em relação ao semanal. Já um controle mensal pode contemplar um período muito longo no caso de você se encontrar em uma situação financeira crítica. O período semanal é ótimo para evitar surpresas e facilita o restabelecimento das metas mensais em caso de um imprevisto.

O acompanhamento semanal também faz com que seja muito mais fácil monitorar suas finanças, visto que se concentra em um período de apenas sete dias – e não de 30, no caso do acompanhamento mensal.

Particularmente, gosto de manter um controle semanal. Assim, consigo ter bem em mente quais são e como estão minhas metas.

Geralmente, realizo essa atividade nas manhãs de segunda-feira. Ela é muito rápida, ainda mais quando ganhamos prática. E o melhor de tudo: conforme começamos a atingir nossas metas, essa atividade passa a se tornar bastante prazerosa e motivadora.

# 7

## O valor do tempo

### 7.1. Quanto vale seu tempo?

Nem todos os usos do tempo são iguais – essa verdade simples pode fazer uma grande diferença em nossas vidas.

Quem passa seu tempo fazendo um trabalho mais lucrativo ganha mais dinheiro. Quem passa seu tempo com outras pessoas e se dedica a elas cria relacionamentos melhores. Quem passa seu tempo criando uma carreira flexível goza de mais liberdade. Quem passa seu tempo trabalhando em projetos de alto impacto contribui mais para a sociedade.

Se você quer mais riqueza, mais amizade, mais liberdade ou mais impacto, tudo se resume a como você gasta seu tempo.

Se você for como eu, provavelmente quer todos os itens mencionados – e ainda mais. Infelizmente, porém, você e eu não podemos ter tudo ao mesmo tempo. Por isso, temos que entender como administrar de forma eficaz as compensações que enfrentamos no dia a dia.

Este material explica como descobrir o valor do seu tempo e usar essas informações para gastá-lo de forma mais eficaz. A compreensão de como tirar o máximo proveito do tempo começa com o conhecimento sobre o que vale a pena.

Antes de iniciarmos, queria que você soubesse que pesquisei e compilei caminhos com base na ciência para manter bons hábitos, evitar a procrastinação e buscar o desenvolvimento pessoal.

## 7.2. Quanto vale uma hora?

A inspiração para escrever este ebook veio de diversas reflexões que tive enquanto buscava minha liberdade financeira. Quanto meu tempo perdido valia em comparação com algumas economias? Veja o seguinte exemplo.

Eu procurava uma mochila, mas não qualquer mochila. Ela devia ter algumas especificações para eu poder usá-la em viagens e no dia a dia. Depois de muita pesquisa online, encontrei uma de que gostava. Custava R\$ 69, o que se encontrava na minha capacidade de pagamento. Mas havia um problema: a mochila não era feita perto de onde eu morava, portanto seria necessário pagar R\$ 25 de frete.

Não estava feliz com a ideia de pagar o frete, então deixei a pesquisa online e comecei a procurar lojas de varejo. Na minha cidade não havia muitas opções, o que me faria procurar em outras cidades. Isso envolveria meu tempo de deslocamento, além do tempo de procura. Naquele instante, pensei: “todo esse meu tempo vale os R\$25?”. Surgiu a dúvida: “devo economizar meu tempo e pagar R\$25? Ou devo economizar esse dinheiro e gastar algumas horas da minha vida nisso?”.

Caso você queira saber a resposta, eu paguei os R\$25.

## 7.3. O dilema tempo vs. dinheiro

Em algum nível, todos nós temos um indicador interno de quanto vale nosso tempo. Por exemplo, se alguém lhe oferecesse um pagamento de R\$ 0,10 por uma hora de trabalho, você recusaria imediatamente. Por sua vez, se alguém lhe oferecesse um pagamento de US \$ 10.000 por uma hora de trabalho, você aceitaria imediatamente.

Nos extremos, é fácil saber se uma tarefa vale seu tempo. Conforme você se move em direção ao meio-termo na relação entre tempo e valor, entretanto, fica menos claro se uma determinada tarefa vale a pena ou não. E este é o problema: a maior parte da vida se passa nessa zona intermediária entre tempo e valor. Por exemplo:



- Você deve comprar um voo sem escalas e economizar duas horas ou obter o voo com uma parada e economizar R\$ 220?
- Você deve pagar R\$ 80 a alguém para cortar a grama da sua casa para que você tenha uma hora a mais no final de semana?

Você deve gastar esta semana trabalhando com um cliente que

- pagará R\$ 2.000 imediatamente ou deve trabalhar em uma ideia comercial que poderá gerar R\$ 20.000 no próximo ano?

Nós fazemos escolhas como essas todos os dias, mas a maioria das pessoas baseia as decisões em sentimentos ou suposições, sem calcular o valor de seu tempo. Todo mundo tem um valor horário, mas poucas pessoas realmente conseguem dizer qual é esse número. Até recentemente, eu não era exceção.

## 7.4. Como calcular quanto seu tempo realmente vale

O dilema tempo vs. dinheiro me fez procurar todos os especialistas que eu poderia encontrar sobre o assunto. Busquei muita informação em livros e blogs sobre o que empresários e *coaches* realizavam. Tudo para determinar quanto vale meu tempo e tomar decisões melhores com base nessa informação.

Toda essa pesquisa resultou em duas diferentes equações: elas podem ser usadas conforme existam necessidades e objetivos diferentes. Não se preocupe, todas essas equações são bem simples e estão descritas a seguir.

Podemos separar o cálculo do valor do tempo em dois segmentos distintos, os quais denominaremos **parte I** e **parte II**.

A primeira é rápida e fácil; ela cobre tudo de que a maioria das pessoas precisa. Em 15 minutos, a parte I ajudará você a desenvolver uma estimativa razoável de quanto vale seu tempo e de como você pode tomar decisões melhores com isso. Recomendo que todos a leiam e apliquem o que ela propõe.

A segunda parte é demorada, mas valiosa. Em particular, empresários e executivos encontrarão utilidade nela. A parte II se baseia na parte I e ajuda você a avaliar o valor esperado de diferentes usos do tempo. Dessa forma, você poderá tomar decisões estratégicas melhores, que paguem a longo prazo.

## 7.5. Parte I: método da renda realizada

Começaremos usando o **método da renda realizada** para calcular o valor do seu tempo. Esse cálculo se baseia apenas na renda que você realmente recebeu (ou realizada), daí o nome. O cálculo ajudará você a tomar decisões melhores sobre como gastar dinheiro nas compras do dia a dia. Para começar, você precisa de dois números:

- A quantidade de tempo gasto para ganhar dinheiro.
- A quantidade de dinheiro ganho durante esse período.

Agora vamos falar sobre como medir esses dois fatores e chegar a uma estimativa rápida para o valor do seu tempo.

### **Passo 1: controlando o tempo gasto**

O primeiro passo é medir a quantidade total de tempo que você investe para ganhar dinheiro, não apenas as horas em que você está fisicamente no trabalho. Por exemplo, se todos os dias você passa uma hora viajando para trabalhar mais oito horas no trabalho, então você utiliza nove horas para ganhar dinheiro.

Da mesma forma, você deve adicionar o tempo gasto em todas as atividades extras que seu trabalho requer. Com esses números, estamos tentando obter uma imagem completa da quantidade total de tempo que você investe a cada mês/ano para ganhar dinheiro.

Se você tem dificuldades de encontrar uma boa estimativa para seu tempo, você não está sozinho. A maioria das pessoas só tem um vago senso do destino de suas 24 horas diárias. Se você não tem certeza de quanto tempo trabalha, recomendo usar 2.400 horas por ano como ponto de partida. Explicarei o porquê desse número.

Digamos que você gaste 10 horas por dia no trabalho, deslocando-se até o trabalho ou fazendo tarefas relacionadas ao trabalho. Com uma semana de trabalho de cinco dias, trata-se de 50 horas por semana. E se você trabalhar 48 semanas por ano (4 semanas de férias), terá 2.400 horas por ano. Vou deixá-lo para fazer ajustes com base em suas circunstâncias específicas, mas acredito que esse valor seja um bom ponto de partida para a maioria das pessoas.

## **Passo 2: controlando o dinheiro ganho**

O segundo fator que você precisa saber é quanto dinheiro você ganhou durante o tempo em que trabalhou.

Isso é bastante simples. Se você recebe por hora trabalhada diretamente ou é um empregado assalariado, basta ver seus últimos salários e ajustar esses valores por mês e ano. Mas lembre-se de sempre considerar a sua renda líquida, e não a bruta. Ou seja, a sua renda depois de deduzir todos os impostos necessários.

## **Passo 3: calcule o valor do seu tempo**

Finalmente, divida seu dinheiro total ganho (passo 2) pelo seu tempo total gasto (passo 1).

Por exemplo, digamos que você gaste 2.500 horas por ano ganhando dinheiro:

- Se você ganha R\$ 12.316 por ano, seu tempo vale R\$ 4,93 por hora.
- Se você ganha R\$ 46.226 por ano, seu tempo vale R\$ 18,49 por hora.
- Se você ganha R\$ 100.000 por ano, seu tempo vale R\$ 40 por hora.

- E assim por diante.

Mais uma vez, esses números presumem que você está trabalhando 2.500 horas por ano. Obviamente, os números mudarão se você trabalhar mais ou menos horas.

## 7.6. Esses números são precisos?

A primeira vez em que calculei esses números, fiquei surpresa. O valor de uma hora do meu tempo era muito inferior ao que eu pensava que seria.

Pense em quantos *freelancers* cobram R\$ 50 por hora, mas não ganham R\$ 120.000 por ano. Ou considere quantos consultores cobram R\$ 200 por hora, mas não ganham R\$ 480.000 por ano.

Como isso? A resposta é que essas pessoas só são pagas por algumas de suas horas. Quando dividimos sua renda total pelo tempo total gasto trabalhando, o valor de cada hora é muito menor do que aquilo que eles cobram por uma determinada hora de trabalho com um cliente.

Além disso, embora possamos saber o que cobramos por hora, raramente calculamos quanto tempo vamos gastar além do nosso horário de trabalho. Quando contabilizamos todo o tempo que investimos para ganhar dinheiro, obtemos uma imagem mais clara do que o nosso tempo realmente vale – geralmente, muito menos do que você cobra por uma hora de trabalho.

## 7.7. Como usar essa informação

Já concluímos a parte I. Com os cálculos apresentados, conseguimos determinar uma estimativa rápida e precisa de seu tempo. Agora podemos reduzir a zona de incerteza e tomar decisões melhores. Por exemplo:

- Se você sabe que seu tempo vale R\$ 25 por hora, você nunca deve esperar na fila por 60 minutos para obter um desconto de R\$ 10.

- Se você sabe que seu tempo vale R\$ 60 por hora, você deve pagar R\$ 25 de frete em vez de gastar duas horas entre deslocamento e busca de algum item em uma loja.
- Se você sabe que seu tempo vale R\$ 80 por hora, você deve comprar o voo direto que economiza duas horas, mesmo se ele custar R\$ 150 a mais que o voo com escalas.

Uma vez que você sabe, em reais e centavos, quanto uma hora do seu tempo realmente vale, você pode tomar decisões melhores diariamente.

Nesse ponto, sabemos que seu tempo vale pelo menos o número que você calculou na parte I, porque os métodos de renda realizada consideram apenas a renda já ganha.

Pronto para ver se o seu tempo vale mais?

Vamos mergulhar na parte I.

## 7.8 Parte II: método do valor esperado

Isso nos leva à segunda maneira de calcular o valor do seu tempo: o **método do valor esperado**. Esse cálculo se baseia no valor que você espera que seja criado a longo prazo por uma determinada hora de trabalho hoje.

O método do valor esperado pode ajudar você a tomar decisões importantes a respeito de onde gastar seu tempo.

- Quais projetos devem receber o foco de sua empresa neste ano?
- Quais usos de tempo não são eficazes e devem ser eliminados de sua rotina diária de trabalho?
- Você deve começar um negócio que poderia gerar grande retorno em dez anos (mas não vai ganhar dinheiro imediatamente) ou trabalhar em um emprego estável (com uma renda confiável)?

Qual é a melhor maneira de gerenciar esses *trade-offs*? Vamos começar com o tipo mais simples do método do valor esperado.

### **O método de crescimento múltiplo**

Existe uma maneira simples de explicar o valor esperado de suas decisões. Pegue seu resultado líquido do ano anterior e multiplique-o por um número que represente um crescimento razoável.

A chave, claro, é selecionar um múltiplo de crescimento razoável. Por exemplo, se meu negócio dobrou do ano passado para este, então escolho 2x como múltiplo de crescimento. Com esse método, estou basicamente dizendo que minhas ações deste ano continuarão a impulsionar o crescimento nos próximos 12 meses. Dessa forma, o valor verdadeiro do meu tempo é realmente maior do que aquele indicado pelo rendimento realizado hoje.

Esse método é uma maneira fácil de estimar como o trabalho que você está fazendo hoje pagará no longo prazo, mas não lhe diz nada sobre como usar seu tempo de forma mais eficaz. Para isso, precisamos usar o método completo do valor esperado.

### **O método do valor esperado**

O método do valor esperado é a maneira final e mais difícil de calcular o valor do seu tempo. Vou tentar explicá-lo da maneira mais simples possível, mas acredito que a maneira mais fácil de entendê-lo se dê por meio da aplicação do cálculo em uma planilha ou em um papel. A lógica básica é a seguinte.

Comece separando seu tempo por tarefa. Quanto mais detalhado você conseguir ser a respeito de cada uso de tempo, mais você poderá distinguir quais áreas geram o maior valor.

Encontre uma unidade de medida que conecte as tarefas com as quais você trabalha com a renda que você ganha. Para a maioria dos empresários, isso significa saber o valor de uma *lead* da empresa.

Estime o valor de cada tarefa. Por exemplo, se gasto uma hora trabalhando em uma tarefa que resulta em 50 novos *leads* e se o valor de vida de cada *lead* é R\$ 1, o valor esperado dessa tarefa é R\$ 50 por hora. Repita essa estimativa de valor esperado para cada tarefa em que você trabalha.

Adicione todos os valores esperados em conjunto para determinar o valor total esperado do seu tempo.

Adicione variáveis extras conforme desejado. Métodos de valor esperado podem ser tão complexos quanto você desejar fazê-los. Você pode explicar fatores diversos, como a felicidade que uma determinada tarefa traz para sua vida ou a probabilidade de essa hora de trabalho continuar a gerar ganhos nos próximos anos.

Os cálculos do valor esperado são altamente individualizados, e você provavelmente terá que lutar com as equações por algum tempo para que eles funcionem para você. Como exemplificado, é mais fácil vê-los em sua forma numérica.



# 8

## Aprenda mais

Se você gostou deste conteúdo e quer ter acesso a mais informações como as que aprendeu aqui, recomendo a assinatura SUNO ONE da Suno Research.

Os objetivos da SUNO ONE são fornecer materiais de apoio e instruções, tirar dúvidas comuns e simplificar a linguagem complexa usada em conteúdos avançados sobre investimentos.

Nela, muitas informações antecedem os investimentos em si, para quem quer se organizar e se educar antes de qualquer coisa! Além disso, há algumas séries de conteúdo: “Primeiros Passos”, “Organização e Planejamento”, “Cuidando do seu dinheiro” e “Investimentos”.

A SUNO ONE também reúne, de forma acessível e organizada, outros materiais gratuitos produzidos pela Suno.

Para virar assinante é simples: basta fazer seu cadastro em “Suno One” no menu “Conteúdo Gratuito” do site da Suno (**[sunoresearch.com.br](https://sunoresearch.com.br)**). Não há nenhum tipo de cobrança por isso.

Me acompanhe nas redes sociais para receber mais dicas de finanças pessoais!



**gabrielamosmann**



**Gabriela Mosmann**



**gabrielamosmann**