

Vinci Society®



Material de Apoio

MINHA NARRATIVA PESSOAL

Aqui começa um caminho estratégico para transformar sua história em marca.

A proposta deste material é ajudar você a mapear os eventos mais marcantes da sua trajetória, organizando suas dores, descobertas e decisões em uma narrativa poderosa, verdadeira e simbólica.

Mais do que contar o que aconteceu, este exercício vai te conduzir a reconhecer o impacto emocional dessas experiências, identificar o vilão que você combate, o superpoder que você desenvolveu e a promessa que você pode oferecer ao mundo.

O objetivo é que, ao final, você tenha em mãos a base narrativa que sustenta seu posicionamento, seu conteúdo e sua marca pessoal.

Boa jornada.

Time Vinci Society

Etapa 1

Framework de Narrativa

| Agora vamos estruturar sua narrativa usando o framework aprendido.

1. O Mundo Comum.

Descreva como era sua vida antes da virada. Quais eram seus dilemas, desejos, sombras e contextos? Crie identificação.

Template: [Contexto do cotidiano]. [Sensibilidade emocional e sensorial]. [Sinal de desconforto interno].

Exemplo: Segunda-feira, 7h12. Sentei na mesma mesa do escritório de sempre, com o mesmo cafezinho amargo e a mesma pressa no olhar. Por fora, tudo parecia normal. Por dentro, era como se eu estivesse vivendo no modo automático

Sua Versão

2. O Chamado à Aventura.

Qual foi o estalo? Um evento, um incômodo ou uma pergunta incômoda que te impulsionou?

Template: [Data ou contexto marcante]. [O que aconteceu]. [Como isso virou uma pergunta ou inquietação].

Exemplo: Julho de 2019. Uma colega foi promovida e me parabenizou com um sorriso, mas por dentro, eu me sentia um fracasso. Pensei: 'O que estou fazendo com a minha vida?'

Sua Versão

3. A Recusa ao Chamado

Quais foram os medos, resistências ou sabotadores internos que surgiram?

Template: [Crença ou medo limitante]. [A desculpa racional]. [O motivo emocional mais profundo].

Exemplo: Achei que não era para mim. Que mudar de carreira aos 33 anos era loucura. No fundo, eu só tinha medo de ser julgada e fracassar.

Sua Versão

4. O Encontro com o Mentor.

Quem ou o que te fez seguir em frente? Um livro, uma pessoa, uma conversa, uma experiência reveladora?

Template: [Quem ou o que foi]. [Qual foi o insight ou provocação]. [Como isso mudou sua disposição para agir].

Exemplo: Foi num podcast aleatório, ouvindo um desconhecido dizer: 'A zona de conforto é onde seus sonhos morrem'. Aquilo me atravessou. Pela primeira vez, eu pensei: e se eu tentasse?

Sua Versão

5. Jornada e os Obstáculos

Relate as primeiras tentativas e as dificuldades que surgiram. Quais foram os aprendizados? Como você reagiu?

Template: [Primeira ação tomada]. [O que não funcionou]. [Novo entendimento]. [Escolha mais corajosa ou consciente].

Exemplo: Tentei abrir uma consultoria copiando o que todo mundo fazia. Não consegui um só cliente. Foi quando entendi: ou eu contava minha verdade, ou seria mais uma no mercado.

Sua Versão

6. O Clímax e a Transformação

Quando você virou a chave? Como era você antes e quem você se tornou após essa virada?

Template: A pessoa que iniciou essa jornada era [versão antiga]. A pessoa que saiu dela é [versão transformada]. Agora eu [forma de atuação no mundo].

Exemplo: A pessoa que iniciou essa jornada era uma funcionária sufocada. A que saiu dela é uma mentora com voz própria. Agora eu ensino mulheres a fazerem o mesmo: construir sua própria rota com coragem.

Sua Versão

7. O Retorno com o Elixir

O que você trouxe de volta dessa jornada? Qual é a sabedoria, ferramenta ou transformação que hoje você compartilha?

Template: Hoje, eu ajudo [público] a [transformação ou resultado]. Porque eu entendi que [verdade aprendida na jornada]

Exemplo: Hoje, eu ajudo profissionais sufocados a reconstruírem suas carreiras com identidade. Porque eu entendi que sucesso sem alma é só mais uma forma de esvaziamento.

Sua Versão

8. Sua Narrativa Completa

Agora una tudo em um parágrafo poderoso.
Escreva sua narrativa como uma história.

Etapa 2

Próximos Passos

1. Teste com Público Próximo.

Escolha 3-5 pessoas do seu círculo próximo que representem seu público-alvo e:

- Conte sua narrativa completa (use as 6 camadas)
- Observe as reações (emoções, linguagem corporal, perguntas)
- Faça perguntas específicas:
 - O que mais te chamou atenção na minha história?
 - Você consegue se identificar com algum momento?
 - Que emoção você sentiu ao ouvir isso?
 - Ficou claro como eu posso te ajudar?

2. Registro de Feedback

- Pessoa 1

Reação geral:

Ponto que mais impactou:

Sugestões de melhoria:

▪ **Pessoa 2**

Reação geral:

Ponto que mais impactou:

Sugestões de melhoria:

▪ **Pessoa 3**

Reação geral:

Ponto que mais impactou:

Sugestões de melhoria:

3. Refinamento

Com base no feedback, ajuste e faça a versão final da sua narrativa:

Dicas Extras

- Grave sua narrativa e ouça para identificar pontos de melhori
- Pratique em contextos de baixo risco antes de usar em situações importantes
- Mantenha um banco de micro-histórias que ilustram cada camada
- Adapte o tom conforme o contexto (mais formal/informal)
- Seja consistente - use elementos da narrativa em todas as comunicações

Lembre-se: Uma narrativa poderosa não nasce perfeita. Ela evolui através da prática, do feedback e do refinamento constante. O importante é começar e ir aperfeiçoando ao longo do tempo.

