


Diário de Decisões



Um Diário Guiado de 30 Dias



Híbrido

Criado com Loomjournals

Como Usar Este Diário

Bem-vindo ao seu diário! Aqui estão algumas dicas para aproveitá-lo ao máximo:

- 1 Reserve alguns minutos por dia para escrever
- 2 Seja honesto e escreva livremente sem julgamentos
- 3 Tente escrever no mesmo horário todos os dias para criar um hábito
- 4 Revise suas anotações semanalmente para perceber padrões



Escaneie para um guia detalhado sobre como usar este diário

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Estado emocional:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Consequências:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reversibilidade:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Estado emocional: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Consequências: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reversibilidade: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Estado emocional: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Consequências: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reversibilidade: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Estado emocional:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Consequências:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Reversibilidade:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão *(declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...*

Contexto *(o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)*

Alternativas *(liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)*

Raciocínio *(por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)*

Resultado esperado *(o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)*

Data: _____

Confiança na decisão: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Estado emocional: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Consequências: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)

Reversibilidade: (1) (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10)



A decisão (declare a decisão claramente — o que exatamente você está decidindo? a redação deve ser co...

Contexto (o que está motivando essa decisão? contexto, restrições, prazos e quem ela afeta)

Alternativas (liste as opções que você considerou seriamente — incluindo a opção de não fazer nada)

Raciocínio (por que essa opção? apresente a lógica, os valores e as trocas envolvidas)

Resultado esperado (o que você espera que aconteça como resultado dessa decisão?)
