



www.metodoquantum.com.br

**QUANTUM**  
**FLEX**

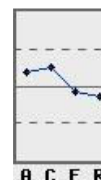
Criado e Desenvolvido por: DRA. CLAUDIA RIECKEN  
 Sob a Titularidade de CLAUDIA RIECKEN ASSESSORIA E MARKETING S/C LTDA.  
 Registrado junto ao Instituto Nacional da Propriedade Industrial  
 INPI sob n.º 00353, n.º do depósito 45010  
 Todos os direitos reservados

#### Dados Pessoais

[Imprimir](#)

NOME: **Edenilson Durães De Oliveira**

E-mail:



#### Introdução

Saudações Quânticas a você, **Edenilson**. O resultado de seu Quantum Flex segue abaixo. O Método Quantum\* é resultado de muitos anos de pesquisa científica em neurologia do comportamento\* . Neste relatório específico, você vai receber as medidas da sua resiliência\*\* .

Primeiro, leia com atenção o resultado de cada ponto de seu relatório prévio, **Edenilson**. Depois, veja o seu FLEX, e descubra como a sua resiliência pode ser melhor explorada, a ponto de representar um importante apoio para seus resultados de bem viver.

#### Resiliência

Ser resiliente quer dizer ser flexível, dispor de elasticidade em seu comportamento para agir de forma rica e variada, de acordo com as necessidades de seu mundo pessoal, adaptando-se à vida em seus momentos bons ou nos momentos difíceis.

Todos nós temos padrões de conduta e motivações pessoais, **Edenilson**. As 4 emoções primárias abaixo estão relacionadas com a associação inconsciente que cada palavra escolhida no seu teste apontou. Esta associação permite a medida de seu padrão atual de conduta mais provável para enfrentar a vida e buscar sua realização pessoal. O nível de acuidade do Método Quantum é muito alto.

#### Ação

O primeiro fator do Método Quantum, indica a sua forma preferida para enfrentar desafios e resolver problemas, **Edenilson**, que é medido a partir da emoção primária neurológica chamada predominância. É a maneira como você, neste momento, escolhe agir. Há pessoas mais ousadas, outras mais suaves. Sua medida atual aponta para o seguinte:

Fazer acontecer, sentindo-se à vontade no comando. Este é o seu estilo, cheio de iniciativa e ousado, Edenilson.

Você tem uma tendência de ação firme, independente, autoconfiante. Sua natureza pró-ativa e certa indica sua capacidade de resolver problemas e enfrentar desafios com desenvoltura. Na verdade, seu resultado neste fator, indica que você gosta um bocado do risco envolvido em inovar e tomar decisões por sua própria conta. Esta característica – neurológica e comportamental – pode ser observada em muitas situações de forma positiva: desde sua facilidade em expor seu ponto de vista, até sua tomada de iniciativa natural. Você tende a assumir a dianteira em grupos de trabalho e estudos, sabe dar as diretrizes e pode tornar-se muito útil, de acordo com seu nível de maturidade e conhecimentos. Você tem autoconfiança, Edenilson! Pode ser que em casa dita o rumo das coisas, sabe mirar nos objetivos e buscar resultados concretos; quando você quer, tem atitude certa! Já se a situação for de adversidade, é provável que você enfrente o problema com garra. Isso sem falar numa leve tendência encrenqueira, que vez por outra se manifesta. Cuidado com a cabeça dura! Veja seu Flex nesse fator. Você vai ter dicas preciosas de seu momento e poderá incrementar esse seu "jogo de cintura" para ser firme, porém, de forma resiliente!

Peça seu Relatório Quantum com enfoque profissional.

#### Comunicação

O segundo fator do Método Quantum, **Edenilson**, refere-se ao seu estilo de comunicação, e vai ajudar você a perceber sua habilidade atual quando tenta levar os outros ao seu ponto de vista. A emoção primária que medimos aqui chama-se indução. Neste fator, reconhecemos as pessoas mais amistosas e afetivas, e as concentradas e analíticas. Há pessoas mais extrovertidas e outras mais reservadas. Seu resultado neste fator, detalha suas atuais habilidades de comunicação da seguinte forma:

Seu estilo de comunicação é marcado por uma expressividade toda própria, Edenilson, em que sua presença se faz marcante. Você tem desenvoltura na interação com as pessoas, um bom nível de empatia e extroversão. De fala viva e perceptiva, você pode convencer as pessoas de seu ponto de vista habilmente. Entre uma atividade isolada e uma social, sua escolha é direta: estar com pessoas, trocar ideias, interagir de forma empolgante e vivaz. Você vende seu ponto de vista, sendo capaz de integrar-se facilmente em um ambiente novo. Verbo criativo, você tem na comunicação indutora e eloquente um forte apoio.

Comunica, energiza, encanta, envolve, contagia as pessoas. Sua capacidade de dialogar e interagir com os outros lhe permite também perceber as verdadeiras intenções do outro, pois seu estilo amigo é de "calibragem fina": você consegue perceber as expressões das pessoas, e identificar suas motivações internas, mesmo que elas não as declarem abertamente. Você pode ser uma companhia otimista, e sua natureza gregária ajuda o ambiente a ser mais alegre e conectado entre as pessoas, Edenilson. Sem falar na liderança, que você pode exercer, de acordo com as competências que tenha desenvolvido na vida, por meio de seu foco social.

A resiliência lhe será útil para que a vaidade não sequestre você. Pessoas populares e carismáticas como você podem ser tão entusiastas que perdem o foco, e isso não é desejável. Seu magnetismo pessoal é melhor protegido quando temperado com a capacidade de concentração e análise (interna, relaxada) das coisas. A medida de equilíbrio entre expor-se e ficar por si só feliz é o seu ponto de resiliência nesse fator. Ninguém quer depender de aplausos alheios ou aprovação externa o tempo todo, não é? Leia o seu Flex deste fator, Edenilson, ele certamente será estimulante para que você permaneça sendo essa pessoa envolvente, conselheira, comunicativa, mas também desprendida e livre de tentações ou necessidades compulsórias de obter uma avaliação favorável de "seu público".

#### Estabilidade

O terceiro fator do Método Quantum que seu relatório prévio apresentou, é a estabilidade, oriundo da emoção primária da aceitação espontânea. Há pessoas mais tranquilas e serenas, enquanto outras são inquietas e apressadas. O seu ritmo no presente fator aponta para as seguintes preferências:

Edenilson, você é uma pessoa ativa, prefere fazer as coisas sempre que possível de maneira rápida. Tem facilidade em fazer várias coisas ao mesmo tempo e, da mesma forma, aprende depressa. Faz parte da sua natureza certa inquietude ou mesmo impaciência com ritmos diferentes do seu.

Você prefere novas atividades às rotineiras, como viajar para lugares ainda não conhecidos, pois não se dá muito bem com a repetição excessiva, precisa das quebras de rotina para manter seu equilíbrio físico e mental. Tende a subestimar o tempo necessário para que as coisas sejam feitas, pois confia em sua agilidade pessoal, crê que tudo pode fluir em menos tempo do que realmente é necessário, perante o seu senso de urgência natural.

Na atualidade, ter este desembaraço e velocidade é algo valioso, porém a vida não tem um só ritmo, assim se faz necessário dispor de boa capacidade adaptativa para estas situações.

Você obterá maior harmonia interna ao observar e respeitar o ritmo dos demais e também outros ritmos para suas próprias necessidades, por vezes atropeladas com tanto agito. Quando você tiver oportunidade, diminua um pouco seu ritmo para poder apreciar as coisas à sua volta, como a natureza, por exemplo. Edenilson, aproveite um raro momento de tranquilidade e dê uma "olhadinha" no seu Quantum Flex, você encontrará sugestões de grande valia para cultivar sua flexibilidade.

#### Referenciais ou Regras

O quarto e último fator medido em seu gráfico de Natureza Self, **Edenilson**, indica sua forma de encarar regras e referenciais externos. Há pessoas disciplinadas e detalhistas, e outras, arrojadas e mais soltas com relação a regras. Entre a árvore e a floresta. Sua forma de operar nesta emoção primária neurológica denominada "conformidade" segue da seguinte maneira no momento:

Edenilson, você é independente, de tal forma que prefere fazer as coisas de maneira não convencional ou estabelecida. Original, aprecia as novidades e os ambientes informais.

Sua tendência comportamental, perante regras e referenciais externos, aponta posturas corajosas, ousadas.

Você possui certo desprendimento em relação a padrões vigentes, e se vale assim do seu referencial próprio.

Isto se deve a características inerentes ao seu perfil. A capacidade criativa para buscar soluções que não estão no "manual", acreditar na própria capacidade de improviso, a confiança de que quando for preciso saberá "dar um jeito", são talentos que estão à sua disposição.

Você também tem inclinação para adotar uma visão de conjunto, sem se deter em detalhes e pormenores, os quais, sempre que possível, deixará em segundo plano ou por conta de outras pessoas, pois "perder tempo" com coisas miúdas é visto por você como um aborrecimento. Seu notável pensamento empreendedor com relação ao que o mundo precisa e ainda não tem, faz de você uma figura inventiva, voltada para o futuro, para a inovação.

Contudo, Edenilson, você deve prestar atenção para não exagerar na dose, e evitar conflitos desnecessários. A capacidade de improviso e a inovação positiva para resolver problemas são talentos, mas você não deve confiar nelas cegamente a ponto de desprezar os padrões vigentes, isto seria sinal de imprudência. É recomendável

procurar realizar algum planejamento, seguir normas e procedimentos, e evitar a desorganização. Ednilson, veja o seu Quantum Flex e encontrará sugestões de grande valia para cultivar sua flexibilidade.

### Quantum Flex

Atenção, **Ednilson**. Agora você vai perceber de que forma você pode se valer de seu perfil comportamental com mais amplitude e liberdade. Você poderá reconhecer como ativar os pontos do seu perfil, sem se escravizar nele, ou seja, sendo você quem escolhe seus traços e preferências de acordo com a situação ( e não sendo escolhido por suas pulsões de forma arbitrária!)

• [Leia mais\\*](#).

Os quatro pontos a seguir são relativos ao índice de Flexibilidade do Método Quantum que sua pesquisa revelou no momento.

Eles representam sua capacidade de se recompor e se mover nas 4 emoções primárias que seu resultado prévio mostrou.

### Flex de Ação

Como observamos em seu estilo atual de ação, **Ednilson**, você tem preferências marcantes ao resolver problemas e enfrentar desafios. Sua flexibilidade neste fator indicam quanto você tem de jogo de cintura entre agir de forma pioneira X apoiadora, ou seja, entre competir para vencer, ou cooperar para harmonizar-se, seguem as considerações atuais:

Você apresentou um nível muito bom de resiliência neste fator, Ednilson; tem molejo para enfrentar desafios. Seu fator neurológico ligado à ação dispõe de um índice de flexibilidade satisfatório no momento. Isto é: você tem naturalmente a possibilidade de administrar adequadamente sua maneira de responder a desafios e resolver problemas, agir na vida, dosando seu estilo empreendedor e competitivo, com ações compartilhadas e de suporte. Você pode agir de forma direta, mas levar os outros em consideração. Sabe competir e cooperar com a harmonia do grupo, simultaneamente. São coisas aparentemente incompatíveis, mas você existe para provar que isso é possível, se formos resilientes. Ednilson, você comanda sem desmerecer os outros, e é capaz de colaborar, sem anular sua própria força independente.

O livre arbítrio tem grande potencial de ser exercido em seu momento atual, de acordo com sua maturidade e discernimento. Você tem recursos de grande valor para mover-se e fazer escolhas adequadas, pois não se prende a uma única forma de resolver problemas e enfrentar desafios. Você pode se expressar com objetividade, e decidir onde passar as férias, ao mesmo tempo em que se preocupará em ser cúmplice de quem o acompanha, eventualmente seguindo-os.

Fazer escolhas ponderadas é um dom.

Conta-se do mestre que era apreciador de cavalos a quem todos recorriam para saber quais eram os melhores animais e os melhores caminhos. Perguntaram-lhe então o que era melhor: um cavalo rápido ou um cavalo lento. O mestre refletiu um pouco e respondeu: "depende se o cavalo estiver indo na direção certa".

Seu grande jogo de cintura faz com que você tenha gostos variados, podendo ir "da aventura ao zen". Você pode até mesmo desenvolver estratégias sutis, inteligentes e elegantes na solução de questões em que a maioria das pessoas exagerariam ou se perderiam. Já percebeu esta sua maleabilidade, Ednilson?

É notável no seu resultado, que de acordo com seu nível de maturidade e experiência, você possa com facilidade agir de modo cooperativo e prestativo, ou seja, características opostas às suas tendências dominantes que são independência, assertividade e determinação.

Seu indicador no âmbito da ação aponta uma grande capacidade adaptativa, de forma que você pode manter suas características de pró-atividade, determinação e individualismo ou alterar seu comportamento e adotar uma postura democrática, deixando então as iniciativas e a liderança por conta de terceiros. Dessa forma, você vivencia relações harmoniosas, pautadas na brandura e colaboração, quando escolhe bem. Como o bambu, que se dobra ao vento forte, mas não quebra como ocorre com árvores mais "duras". Se as coisas estiverem indo bem, você não precisa interferir, e sabe disso: nada de ter de dar as cartas o tempo todo. Se souber valer-se desse dom, será como os melhores sobreviventes, que são verdadeiros vencedores.

Dicas para preservar sua flexibilidade:

Sua flexibilidade já existente pode ser exercitada nas horas de lazer com a prática de atividades como: esportes coletivos, jogos com amigos, música. Nestes momentos, fique com a consciência de que o ímpeto para o controle e a liderança deve ceder à cooperação, ao compartilhamento. Meditação, atividades de relaxamento. Salas de bate papo, fóruns em que várias pessoas diferentes emitem sua opinião (e você ouve sinceramente, sem julgar), passeios divertidos e em grupo, viagens a lugares novos, em que você não seja "experiente" e então possa "se deixar orientar". Aventuras agradáveis. Observar a evolução dos outros sem corrigi-los, deixando que descubram o caminho por si mesmos. Cinema ou teatro descompromissado, só para relaxar, já pensou?

### Flex de Comunicação

Sua capacidade de levar os outros ao seu ponto de vista tem chances de ser persuasiva e consistente ao mesmo tempo. Neste fator, **Ednilson**, o seu Flex indicado a seguir, esclarece como anda seu jogo de cintura para interiorizar-se X sociabilizar-se.

Ednilson, o resultado do seu estilo de comunicação mostra que você inclina-se à extroversão e à expansividade, traz como características essenciais a capacidade de persuasão, de saber articular uma argumentação envolvente e, desse modo, conduzir seu interlocutor para o seu ponto de vista. Estas qualidades são muito apreciadas e fundamentais em muitas situações.

Porém, a vida é eficiente em nos colocar diante do imprevisto e da adversidade, e em Ciências Humanas, a palavra resiliência passou a designar a capacidade de se resistir flexivelmente à adversidade, utilizando-a para o desenvolvimento pessoal, profissional e social. Traduzindo, é a capacidade que as pessoas dispõem de alterar seu comportamento para se adaptar às circunstâncias, e com isso se tornarem mais completas a partir de uma visão ampla de mundo.

Seu índice de flexibilidade apresenta junto à comunicação, neste momento, um indicador adequado. Isto significa que seu estilo caracterizado pela eloquência e extroversão pode ser alterado se as circunstâncias exigirem.

As características opostas às suas, neste fator, são também valiosas em diversos momentos. Saber adotar um estilo mais reservado, com pensamento analítico, se valendo de maior capacidade de concentração e reflexão, é igualmente importante.

O que é melhor, ser eloquente ou ser reservado? Nem um nem outro naturalmente, o melhor é saber adequar um ou outro às circunstâncias. Você poderá, desse modo, adotar um comportamento reservado e analítico por certo intervalo de tempo, o qual não exigirá grande esforço para ser obtido. Sua atitude não é oito nem oitenta, isto mostra que você está no caminho certo para se comunicar de forma equilibrada e eficiente, sem se deixar enrijecer em posturas únicas.

Mas, atenção, Ednilson, o fato de você apresentar um bom índice de flexibilidade não basta. Para que sua flexibilidade não se atrofie, é preciso exercitá-la e não se acomodar, pois como disse Heráclito: "Tudo flui, tudo muda, a vida é eterna mudança".

Dicas para aumentar a flexibilidade:

Para você não perder o bom índice atual e melhorá-lo ainda mais, é necessário que sua resiliência seja exercitada. Para isto você poderá utilizar algumas horas semanais, que podem ser de lazer, uma vez que aí normalmente já nos encontramos relaxados, e isso pode ser importante para que a meta seja atingida.

Prática de atividades que exijam concentração, como o estudo individual e profundo de assuntos que lhe interessem. A argumentação deve ser preparada com profundidade, por meio de pesquisas e comparações; procure expor o tema somente quando o conhecer bem. Meditação é uma prática que nos leva a um equilíbrio interno, e com ele nos sentimos bem, pois estamos centrados e evitamos assim, a dependência demasiada da opinião, do aplauso dos outros.

#### Flex de Estabilidade

Paciência e impaciência podem ser ambos benéficos, **Ednilson**. Neste ponto de seu índice de flexibilidade, você pode observar suas opções de escolha para desenvolver a resiliência em termos de aceitar o que pode e deve ser naturalmente aceito, e ativar seu senso de urgência para apressar ou ativar o que pode ser estimulado com vigor.

Seu resultado nesta emoção primária, Ednilson, aponta como características principais do seu perfil, a rapidez natural, a versatilidade e o senso de urgência. É provável que você realize muitas atividades, mesmo nas suas horas de descanso, o que indica o gosto por fazer as coisas acontecerem.

Estas são qualidades apreciáveis e importantes em muitos momentos da vida, mas também as características opostas às suas habituais são igualmente importantes, desde que adequadas ao contexto. Andar à quarenta em uma estrada de alta velocidade é tão perigoso como o inverso. Assim, por uma questão de saúde física e mental, e até de sobrevivência, é fundamental adquirir o discernimento de que a vida se constitui pela variedade de ritmos. Cabe a cada um de nós adequar o nosso próprio ritmo aos da vida, saber que há o momento de agir e há o momento de observar.

Segundo seu índice de flexibilidade, pode-se dizer que você pode contar com um potencial extra no que se refere à forma de conduzir processos, devido à sua grande flexibilidade nesta área.

Isto significa que, embora prefira agir de maneira enérgica e velocidade acelerada, poderá adotar um ritmo mais cadenciado com facilidade, sem que seja preciso grande esforço para isso.

Diante de sua grande adaptabilidade, você pode alterar seu comportamento com muita frequência e, desse modo, atender às demandas situacionais.

Acessar características opostas às suas tendências marcantes mostra que você, nesta emoção primária, é uma pessoa resiliente. Isto se expressa pelo fato de poder agir durante um determinado intervalo de tempo com calma, método e perseverança, qualidades também importantes em muitas situações.

Poder alterar seu ritmo, sabendo que para tudo há um tempo certo, para acelerar com vigor e para reduzir com cautela, lhe permitirá adequar sua versatilidade e senso de priorização com atitudes mais estratégicas.

Parabéns pelo seu bom indicador; conscientizando-se de que as posturas absolutas tendem a nos colocar em conflitos, e adaptando-se aos próprios ritmos da vida, você atinge o equilíbrio interno.

Mas, atenção, Ednilson, só isso não basta. Para preservar e até melhorar sua capacidade de ser flexível, é necessário exercitá-la.

Dicas para preservar a flexibilidade:

Para você preservar, ou mesmo melhorar ainda mais o seu índice de flexibilidade, recomenda-se que dedique pequena parte do seu tempo para este objetivo.

A prática de atividades que exigem a interação com o ritmo dos outros é fundamental. Jogos de estratégia como o xadrez, meditação e tai-chi-chuan, são fortemente indicados para baixar a ansiedade. Esforçar-se para evitar "atropelar os outros", evitar também a sobrecarga de atividades, e conceder respeito ao tempo e às agendas.

#### Flex dos Detalhes

Por fim, **Ednilson**, seu Flex referente a como você responde a regras e padrões estabelecidos por terceiros (sejam eles as normas de trânsito, da Sociedade, de Deus, dos livros técnicos, ou dos critérios do que é certo e preciso). Ser resiliente quanto ao seu fator R é o mesmo que encontrar movimento entre o todo e a parte, a

visão de conjunto e o detalhe, a formalidade e o despojamento. Observe onde você pode desenvolver recursos valiosos para a emoção da conformidade.

Junto à esta emoção primária, Edenilson, você pode contar com atributos como ousadia, autenticidade e criatividade. Provavelmente, você se sente mais confortável em ambientes informais, tende a não se preocupar muito com detalhes, e lida bem com situações imprevistas, pois conta com boa capacidade de improviso. Todos estes atributos compõem o seu perfil e são admiráveis, de grande utilidade em muitas circunstâncias da vida. Porém, vale lembrar que as qualidades opostas também são valiosas e têm o seu momento de necessidade, e poder acessar com facilidade características opostas às suas tendências marcantes mostra que você, neste fator, é uma pessoa resiliente.

Segundo seu resultado, você dispõe neste momento da capacidade de administrar adequadamente sua maneira de se posicionar perante regras e referenciais externos, dosando seu estilo ousado e informal, com posturas conservadoras e formais.

Pode-se dizer que você conta com o auxílio de uma capacidade extra no que se refere aos padrões vigentes, devido à sua grande flexibilidade nesta área. Isto significa que, embora prefira se expressar de forma autêntica, com criatividade e fazendo uso da sua habilidade para improvisar, poderá se posicionar de modo tradicional com facilidade, sem que seja preciso grande esforço para isso.

O fato de poder agir durante um determinado intervalo de tempo, com planejamento, seguindo as normas e procedimentos e concedendo atenção aos detalhes, lhe garante a possibilidade de evitar conflitos devido ao enrijecimento em uma postura única. Isto significa não se tornar presa de Vadatajs, uma criatura malévola do folclore da Letônia que surgia nas encruzilhadas e fazia com que os viajantes desprezassem os sinais e seguissem pelo caminho errado.

Os referenciais externos, os padrões vigentes, se observados com atenção, nos alertam para que evitemos os riscos desnecessários e as atitudes imprudentes, e isto não significa, naturalmente, que devemos desprezar as ações de improviso. Trata-se apenas de saber discernir o contexto adequado para o planejamento ou para a criatividade.

Atenção, Edenilson! Obter um bom resultado não é suficiente. Para que seu índice de flexibilidade continue satisfatório, é imperativo exercitá-lo.

Dicas para preservar a flexibilidade:

Para que você possa manter seu ótimo índice, ou melhorá-lo ainda mais, é necessário dedicar uma pequena parte do seu tempo para a prática de atividades que requerem comportamentos opostos aos seus habituais. Inclusive, poderão ser feitas nas horas de lazer.

Neste fator, recomenda-se realizar trabalhos manuais elaborados, procurando fazer bem feito, como exemplo: pintura, mosaico, bordado, origami, escultura. Escolher pessoas para ouvir delas críticas e recomendações. Minimizar a desorganização, focar sua atenção nos próprios limites.