

# **SUPERANDO A DROGADIÇÃO POR MEIO DE UM PLANEJAMENTO DE VIDA:**

## **Uma proposta de adaptação para o indivíduo de um planejamento estratégico corporativo**

Me. José Manuel Kantek Garcia Navarro \*

Me. Patrícia dos Santos Oga (orientadora) \*\*

### **RESUMO**

Na sociedade atual, as drogas se infiltraram de uma forma muito contundente e podem ser classificadas como lícitas (álcool e tabaco, por exemplo) ou ilícitas (maconha, cocaína, *crack*, além de outras). Enquanto as lícitas são vendidas livremente, as ilícitas criam uma rede de distribuição e venda marginais e estão minando os limites das pessoas usuárias. De um início de consumo esporádico, a vítima parte para o consumo moderado e, não raro, para o consumo diário, tornando-se então um escravo da droga. Sair desse círculo vicioso é extremamente difícil para o adicto. Em clínicas especializadas ou casas de recuperação, o viciado inicia um tratamento que pode durar entre seis meses e um ano. E é durante esse tratamento que pode ser aplicado o modelo de planejamento de vida que será descrito neste artigo. Pouco tem sido escrito a respeito de planejamento estratégico pessoal. A maioria da literatura aborda o planejamento corporativo, sendo assim, alguns conceitos emitidos neste artigo estão apoiados na adaptação de um planejamento corporativo para assim propor um modelo que auxilie a pessoa que está tentando se libertar das drogas a criar um caminho seguro e eficiente para sua libertação.

### **PALAVRAS-CHAVE**

Drogado. Casas de recuperação. Modelo de planejamento estratégico pessoal. Recuperação de drogados.

### **ABSTRACT**

Nowadays drugs have been introduced into our society in a very “sharp” way. They can be either classified as legal drugs (e.g. Alcohol, tobacco) or as illegal drugs (e.g. Marijuana, cocaine, crack cocaine, among others). While the legal ones are freely sold, the illegal ones are sold backdoor, and it is creating a clandestine network system of distribution and sale and they are undermining the user’s personal limits. From a sporadic ingestion, the user goes to a moderate consummation. Then he starts the ingestion daily, from here the user becomes a drug slave. To step out of this vicious circle is extremely hard for the drug addict. A treatment, in specialized clinics on recovery houses, can take from six months up to a year. For the addicted it’s during this treatment that the life planning model which will be described in this article can be applied. Little has been written about this personal strategic planning. Most literature focuses in the corporative planning thus some of the concepts issued in this article are based on the adaption of a corporative planning with the goal to propose a model that helps the person who is trying to be freed of drugs and to create a safe and efficient way for his freedom.

### **KEY WORDS**

Drug addict, recovery houses, model of personal strategic planning, recuperation of drug addicts.

---

\* Mestre em Ciências da Administração pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (COPPEAD), especialista em História da Arte Contemporânea pela Faculdade de Belas Artes do Paraná (EMBAP) e em Aconselhamento e Gestão de Pessoas pela Faculdade Teológica Betânia (FATEBE). E-mail: kantek@kantekgastronomia.com.br.

\*\* Mestre em Letras Inglês pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), especialista em Desenvolvimento Editorial pela Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR) e em Metodologia do Ensino da Língua Portuguesa pelo Instituto Brasileiro de Pesquisa e Extensão (IBPEX) do Centro universitário UNINTER. Professora do curso de graduação “Bacharelado em Teologia” e do curso de pós-graduação “Aconselhamento e Gestão de Pessoas” da Faculdade Teológica Betânia (FATEBE). E-mail: profs\_patricia@yahoo.com.br.

## 1 INTRODUÇÃO

O caos que as drogas produzem na sociedade brasileira é grande e tende a agravar-se a cada dia que passa. Há pelo menos dois fatores que alimentam esse problema: o primeiro refere-se à atuação do governo neste segmento (que não consegue reprimir a demanda) e o segundo que é o desenvolvimento de novas drogas sintéticas, cada vez mais poderosas e mais difíceis de serem controladas pela sociedade. Assim, a cada dia que passa, as drogas estão mais presentes na sociedade e há mais pessoas adictas, não se restringindo nem à idade nem à condição social do viciado.

Quando se fala em drogas, a maior dificuldade de controle está em função das drogas chamadas “licitas”, ou seja, aquelas que não são excluídas da venda pela legislação vigente. O álcool encabeça esta lista, e seus efeitos maléficos são sentidos a médio e a longo prazo após o início de sua utilização.

Quanto às drogas ilícitas, a maconha e a cocaína destacam-se das outras, tanto na quantidade quanto na disponibilidade. O *crack* vem crescendo e há ainda as drogas sintéticas ou criadas naturalmente e depois processadas. Todas, sem exceção, fazem com que um indivíduo, com pouco tempo de uso, se torne um viciado, e a cada uso, seja esporádico ou não, se torne um sujeito sem limites e sem futuro.

Quando uma pessoa químico-dependente está interessada em mudar seus padrões de vida na área comportamental, necessita de apoio e de instrumentos que a auxiliem nesta decisão. Para tanto, as casas de recuperação contam com profissionais com formação em psicologia e psiquiatria, em que o drogado deverá permanecer por um período, para que, em termos de desintoxicação, fique “livre” e, em termos comportamentais, crie novos padrões para não recair na droga. Só assim o tratamento poderá ser bem-sucedido.

O objetivo então deste artigo é propor um modelo de planejamento estratégico pessoal que vise alterar o comportamento, tanto físico como espiritual, uma ferramenta útil na mudança de hábitos e de valores morais da pessoa que está tentando deixar o vício para trás.

A metodologia utilizada está baseada em pesquisa bibliográfica e na experiência acumulada em um trabalho voluntário numa casa de recuperação já há mais de sete anos. Assim, espera-se que o modelo de planejamento estratégico de

vida proposto auxilie a recuperar os limites de vida perdidos em função da droga e ter uma nova vida dentro da normalidade social possa realizar seus sonhos. Não necessariamente a proposta será responsável por tudo isto, mas será mais um instrumento de ajuda nesta caminhada rumo à realização pessoal.

Para tanto, este artigo procura situar a problemática da dependência química e propõe um modelo de planejamento estratégico individual, baseado nas teorias e técnicas do planejamento estratégico corporativo. A literatura em termos de planejamento estratégico pessoal atualmente é muito escassa, sendo este o motivo da criação de um modelo a partir de modelos existentes de planejamento corporativo. Serão trabalhados todos os conceitos de planejamento a curto, médio e longo prazo, a partir de uma realidade estudada. Cada item do modelo será detalhado, quanto a sua importância e quanto a sua aplicabilidade. Uma vez concluído e escrito, tal como o planejamento estratégico deverá ser objeto de revisões periódicas e adaptações às novas realidades. Como ferramenta, este modelo deve ser considerado dinâmico no tocante aos resultados.

## **2 A CASA DE RECUPERAÇÃO E O DROGADO**

No Brasil, a política de recuperação de drogados está subordinada à Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (Senad). Assim, este trabalho usou como referência o Ceifar, uma casa de recuperação mantida pelo Instituto Cargolift, uma associação de caráter assistencial e cultural, sem fins econômicos, que possui entre seus fins e objetivos institucionais o apoio, o desenvolvimento e a promoção do ser humano, integradas a ações de assistência social em conformidade com os dispositivos da Lei nº 8.742/1993 (Lei Orgânica de Assistência Social – LOAS) e da Lei 8.069/90 (Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA). Para tal, o Ceifar realiza diversas ações, programas e atividades que consistem em:

- I – Orientação emocional e espiritual;
- II – Promoção da assistência social de caráter beneficente e filantropo e do voluntariado;
- III – Capacitação profissional e integração ao mercado de trabalho;
- IV – Assistência à saúde, especialmente com a manutenção de centros de reabilitação física, moral, emocional e espiritual de dependentes químicos.

O Instituto está instalado numa chácara no município de Campo Largo, na grande Curitiba, e possui seis chalés, academia para exercícios físicos, vasta área verde, refeitório, quadra esportiva, anfiteatro com uma capacidade de receber trinta e cinco pessoas em tratamento. Na sua direção há um psiquiatra e uma psicóloga, além de todo um quadro administrativo. Para complementar as atividades dirigidas, há também uma equipe de voluntários.

Pode-se definir o drogado como uma pessoa que possui dependência química de alguma droga, de acordo com Fidalgo (2008),

A Organização Mundial de Saúde define a dependência química como o “estado psíquico e algumas vezes físico resultante da interação entre um organismo vivo e uma substância, caracterizado por modificações de comportamento e outras reações que sempre incluem o impulso a utilizar a substância de modo contínuo ou periódico com a finalidade de experimentar seus efeitos psíquicos e, algumas vezes, de evitar o desconforto da privação”.

Seguindo essa definição, o Manual de Diagnóstico e Estatística da Associação Psiquiátrica Americana (DSM-IV-TR) define a dependência como um padrão mal adaptativo do uso de substâncias, levando a prejuízo ou sofrimento clinicamente significativo, caracterizado pela presença de três ou mais dos critérios a seguir, pelo período de um ano:

- tolerância (necessidade de quantidades maiores para obtenção do mesmo efeito ou menor intensidade do efeito com a dose habitual);
  - abstinência (síndrome com sinais e sintomas típicos de cada substância, que são aliviados pelo consumo);
  - consumo por período de tempo mais prolongado e em quantidades maiores que o planejado;
  - desejo persistente de uso e incapacidade para controlá-lo;
  - muito tempo gasto em atividades para obtenção da substância;
  - redução do círculo social em função do uso da substância;
  - persistência do uso da substância, apesar de prejuízos clínicos.
- (FIDALGO, 2008, p. 1)

Sendo assim, binômio “casa de recuperação” e “drogado” deve funcionar adequadamente para que possa haver o abandono definitivo das drogas.

### **3 O PROCESSO DE RECUPERAÇÃO**

O processo de recuperação não possui uma dinâmica fixa, pois depende da administração da casa de recuperação. Em linhas gerais, o processo consiste em uma fase de desintoxicação e outra de aprendizado da nova realidade fora das drogas. O tempo é um fator crítico no tratamento, pois é preciso que a pessoa que está sendo tratada modifique comportamentos e abandone hábitos enraizados no consumo das drogas.

Considera-se o índice de sucesso quando o indivíduo consegue ficar limpo das drogas por um ano depois que terminou o tratamento. A maioria das casas de recuperação procura englobar no tratamento a parte física e a parte espiritual. No entanto, algumas casas de recuperação concentram o tratamento na parte material, ou seja, a partir da desintoxicação das drogas no organismo o paciente é considerado curado. Infelizmente, estas casas de recuperação têm um índice de sucesso muito baixo.

No Instituto Cargolift, o processo de recuperação funciona em tempo integral, com prazo médio de vinte e cinco semanas. Após este período em regime fechado, o paciente será encaminhado para tratamento externo, onde participará, de acordo com o Manual Terapêutico – Projeto Ceifar (2010, p. 67), de:

- Grupo de mútua ajuda;
- Terapia familiar;
- Acompanhamento com psicólogo(a) da instituição por um ano;
- Monitoramento da abstinência;
- Auxílio para a inserção profissional;
- Possibilidade do “emprego assistido”;
- Gerenciamento do caso por um ano.

Como objetivos, o programa terapêutico tem, de acordo com o Manual Terapêutico – Projeto Ceifar (2010)

A sobriedade, socialização e busca da espiritualidade cristã são prioridades no tratamento na comunidade terapêutica. O trabalho no projeto Ceifar é norteado e desenvolvido buscando-se:

- Estimular o indivíduo, através da internação, a manter-se em abstinência total de substâncias e refletir sobre sua situação social, emocional e espiritual;
- Possibilitar ao residente um relacionamento e um ambiente de acolhimento, aceitação e de compreensão à sua pessoa e ao seu problema;
- Estimular a família a ser um coadjuvante no processo educativo;
- Propiciar ao residente oportunidades de atividades laborais, de lazer e de integração de novos grupos;
- Estabelecer planos individuais para o residente e sua família, visando sua integração social;
- Orientação psicossocial, através de gerenciamento de casos e licenças programadas, objetivando uma melhor adaptação à vida social;
- Promoção de palestras e grupos psicoeducativos sobre problemas relacionados à dependência química;
- Estimular mudanças comportamentais nos residentes;
- Capacitação continua da equipe terapêutica;
- Mudança de estilo de vida. (CEIFAR, 2010, p 61)

O tratamento realizado nessa instituição está estruturado em cinco fases, definidas como **preta** (acolhimento/desintoxicação), **vermelha** (projeto individual), **amarela** (auto-conhecimento), **verde** (autonomia e habilidades pessoais) e **azul** (reabilitação social). Cada uma dessas fases tem uma metodologia definida e, em reuniões de conselho mensais, os internos são aprovados ou não para as fases seguintes. Por este motivo, não existe uma data fixa para terminar o tratamento; depende de cada indivíduo e de como ele reage ao tratamento. Terminada a última fase, é celebrado o fim do tratamento com uma simbólica formatura e um diploma.

Também podem ocorrer outros critérios de alta, pela evasão, quando ocorre a fuga do residente da comunidade terapêutica, ou alta administrativa, que ocorre nos casos de não cumprimento das normas e orientações da comunidade terapêutica. Outras duas possibilidades são por vontade expressa do paciente ou da família, mesmo contrário ao parecer da equipe técnica, e nos casos de mandado judicial.

Mesmo depois de terminado o tratamento, existe um acompanhamento pós-conclusão, não somente aos formandos, pois esse acompanhamento é extensivo a seus familiares. Fazem parte do tratamento a criação de um grupo de apoio com o método “amor exigente”, além do acompanhamento da co-dependência familiar, tanto psicológica como espiritual.

Quando o dependente passa da fase amarela para a verde, que normalmente ocorre após o terceiro mês de tratamento, é dado início ao trabalho de construção do planejamento estratégico pessoal. Por definição, é optativo, pois só participa desta atividade quem demonstra interesse após uma entrevista em que são apresentados os benefícios de se planejar uma nova vida.

#### **4 O MODELO PROPOSTO**

A grande maioria dos dependentes químicos, ao cair no vício, começa a perder os limites de vida. Quanto mais tempo fica na dependência, mais os limites desaparecem da vida. De nada adiante retirar a droga do corpo se não se muda o estilo de vida. De acordo com Cloud & Townsend (2005),

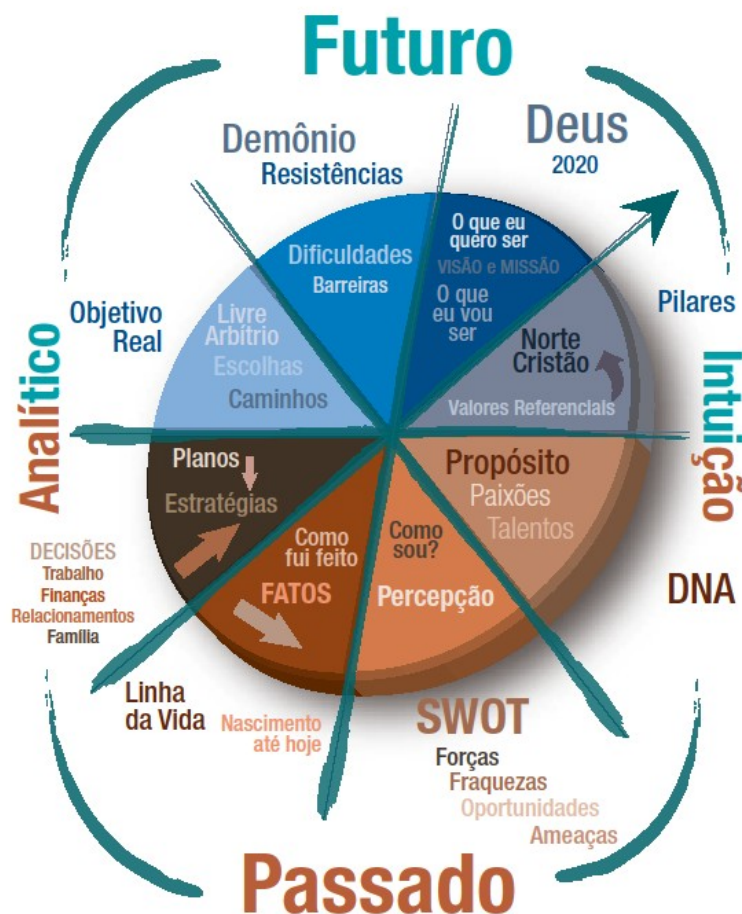
A pessoa com limites maduros não fica desesperada, não tem pressa, nem perde o controle. Tem uma meta na vida, um passo firme em direção aos seus objetivos pessoais. Planeja com antecedência. A recompensa

por seus bons limites é a alegria de ter os desejos satisfeitos. Deus recompensou o investimento feito por você. É semelhante ao que Paulo revelou no fim da vida: “Quanto a mim, já estou sendo derramado como libação, e o tempo da minha partida está próximo. Combati o bom combate, acabei a carreira, guardei a fé.” (2Tm 4:6,7). (CLOUD & TOWNSEND, 2005, p. 323)

Segundo Drucker (1984),

Planejamento estratégico é o processo contínuo de, com o maior conhecimento possível do futuro considerado, tomar decisões atuais que envolvam riscos futuros aos resultados esperados; organizar as atividades necessárias à execução das decisões e, através de uma reavaliação sistemática, medir os resultados em face às expectativas alimentadas. (DRUCKER, 1984, p. 133)

Assim, a partir de um modelo usado nas organizações para fazer o planejamento estratégico, foi definido seguinte modelo:



Esquema elaborado pelo autor

Esse modelo foi proposto em formato de pizza para poder facilitar o preenchimento, uma vez que há as divisões e é preciso ser completado em partes, conforme descrito a seguir.

Na primeira parte, há as fatias a respeito de informações do passado.

- Primeira fatia: Fatos da vida. Esta fatia é chamada de linha da vida e engloba os fatos ocorridos desde o nascimento até o momento em que se está criando este modelo. Neste momento, devem ser relatados os fatos que tiveram importância na formação da pessoa. Eles devem ser relatados de forma neutra, desprovidos de valores, criando assim uma história de como a pessoa foi feita.
- Segunda fatia: Percepções. Nesta fatia são relatados os sentimentos e as percepções que definem como a pessoa se sente. A pergunta a responder é como a pessoa se vê. Para auxiliar nesta reflexão, recomenda-se fazer uma análise dos pontos fortes e fracos e das oportunidades e ameaças que são sentidas.

Numa organização, esta análise recebe o nome de SWOT, que de acordo com Chiavenato (2009, p. 181) “A matriz SWOT (acrônimo *Strengths* = forças; *Weaknesses* = fragilidades; *Opportunities* = oportunidades; *Threats* = ameaças) foi desenvolvida como uma metodologia capaz de abordar tanto o ambiente externo como o ambiente interno”. Tarapanoff (2001, p. 209) mostra que o conceito proposto pela matriz SWOT tem mais de três mil anos. Na prática, relacionam-se de três a cinco pontos fortes e o mesmo número de pontos fracos ou a desenvolver. Repete-se a operação para as oportunidades e ameaças que são sentidas no meio ambiente.

Na segunda parte estão as fatias a respeito da parte intuitiva.

- Terceira fatia: Propósito. Aqui devem ser listados os talentos e as paixões, para formar o propósito de vida. Segundo Sullivan & Nomura (2006),

O propósito maior é fundamental para o crescimento da vida. Ter um propósito que é maior do que você lhe conferirá um ímpeto constante para que se esforce. O propósito confere significado à vida e ajuda-nos a orientar e concentrar nossos talentos e esforços. Ele também atrai os talentos e as energias de outras pessoas cujos propósitos estejam em harmonia com os nossos. (SULLIVAN & NOMURA, 2006, p. 103)



Deus deu talentos diferenciados a cada um. As paixões são as coisas que já vive ou se quer viver, já os objetivos são coisas que se escolhe desenvolver na vida. Sempre em que for preciso tomar uma decisão, escolha a favor dessas paixões.

Quando se vive de acordo com as paixões mais profundas e importantes, os altos e baixos da vida diária – que são muitos – não são capazes de desviá-lo do caminho. Segundo Cirocco (2006),

O que deixa seu coração bater mais forte? O que faz seus olhos brilharem e te deixa elétrico? Quando foi a última vez que você abraçou o mundo como se fosse um amante? A paixão é a matéria-prima dos sonhos. Ela pode ser quente, intensa e colorida. Ela traz textura e significado à vida. É o antídoto contra a depressão e mantém você vivo e radiante. A paixão é a energia pulsante que o mantém conectado à sua força de vida, a seu propósito e a Inteligência universal presente na natureza. (CIROCCO, 2006, p. 70)

Existe uma metodologia própria e simples para descobrir as paixões que, via de regra, estão calcadas nos talentos: começar listando as cinco atividades que mais se gosta de fazer. Uma vez listadas, elas devem ser classificadas por importância. A construir esta lista, tem-se um inventário para fazer o planejamento futuro.

- Quarta fatia: Norte cristão. Neste momento é preciso indicar todos os valores referencias que se quer ter na vida. Estes serão os pilares de vida, os valores a serem seguidos e dos quais não se deverá desviar. O caráter se fundamenta nesta fatia. É necessária uma profunda meditação nestes valores para que sejam definidos e internalizados para o futuro, pois são estes pilares que vão definir o ser que se quer construir.

Com o preenchimento desta fatia, termina-se a fase de levantamento de dados pessoais. As próximas fatias tratarão do futuro e de como deverá ser a trilha a ser criada e seguida. Assim, na terceira parte estão as fatias a respeito do futuro.

- Quinta fatia: Todo o planejamento estratégico tem como finalidade a visão antecipada de uma realidade futura.

Esta visão deve ser calcada numa missão. “A palavra ‘missão’ vem do latim *missio*, que significa ‘envio’. Ela também se refere a uma ‘vocação ou chamado especiais’, [...]. A questão é: para onde você está ‘enviando’ sua vida? Para que destino?” (CIROCCO, 2006, p. 55).

É necessária a criação de cenários com base nos dados levantados. A pergunta a responder agora é o que se quero ser daqui a cinco ou dez anos. Nesta fatia, não se deve definir o que se quero ser, mas afirmar o que será! Segundo Sita (2013, p. 196), “Quando você sabe o que realmente quer e consegue visualizar, então, não importa o que aconteça, você nunca desistirá da visão. A persistência em cumprir o nosso propósito de vida vem da visão.”.

- Sexta fatia: Esta é a fatia menos saborosa, pois é a que trata das dificuldades e das barreiras que, em parte, são traduzidas pelas tentações a que somos submetidos todos os dias pelo demônio. Segundo Piragine Jr. (2008, p. 68), “Tentação é a ação mais direta de Satanás na vida do homem. É o principal campo de batalha da luta do cristão contra o diabo”.

Assim, é preciso listar as resistências e estar ciente de que se enfrenta tentações todos os dias.

Na quarta e última parte estão as fatias analíticas.

- Sétima fatia: Objetivo real. Deus criou o ser humano com o livre arbítrio e é esta característica que o diferencia do resto da criação. Foi devido ao livre arbítrio que o pecado entrou no mundo lá no Jardim do Éden e, por isso, Deus enviou Seu Filho para redimir a humanidade. Assim, é preciso definir as escolhas com clareza e reconhecer que existem caminhos alternativos para cada escolha. É importante detalhar aqui os objetivos reais para cada fase da vida, pois irão basear a próxima fatia do planejamento.
- Oitava e última fatia: Planos e estratégias. Todo planejamento deve ser desconstruído em planos e estratégias que vão definir os passos a serem seguidos.

Num ambiente corporativo, este planejamento se traduz em planos estratégicos de produção, de recursos humanos, de *marketing* e de finanças. Neste modelo, é preciso definir planos para trabalho, família, relacionamentos e finanças.

- Plano estratégico de trabalho: definir como ganhar o sustento para viver.

A partir de todos os dados levantados sobre a vida até o presente momento, é preciso identificar o que é preciso fazer para ter uma profissão digna e

que forneça os recursos necessário para trilhar o caminho traçado no planejamento.

- Plano estratégico de família: se já se tem uma família, é preciso relacionar quais atividades devem ser preservadas e desenvolvidas para que todos os membros se sintam realizados em suas vidas. Se se pretende formar uma, definir como se deseja que seja. Além disso, pode-se planejar como cuidar de ascendentes e descendentes.
- Plano estratégico de relacionamentos: o ser humano é um ser que se relaciona e, como consequência, pratica esta atividade todos os dias. Neste item é preciso relatar como devem ser as amizades e como fazer para preservá-las ou descartá-las; como deve ser o relacionamento com o Criador e como se deve comportar como criatura; como devem ser os relacionamentos profissionais, qual a profundidade desses relacionamentos e por quanto tempo se deve dedicar a esta atividade. Enfim, deve-se fazer um plano detalhado que envolva todos os relacionamentos que vão existir no dia-a-dia.
- Plano estratégico de finanças: Muitos consideram este o mais fácil de fazer e o mais difícil de seguir. Um bom plano de finanças deve compreender uma planilha com uma previsão de receitas anual, dividida por mês, em que se define os recursos que devem entrar e como eles devem ser consumidos. Mês a mês, deve-se fazer a atualização da previsão, colocando a realização ocorrida.

Esses quatro planos vão constituir uma cartilha de uso diário. É possível que o caminho traçado não seja seguido na sua totalidade, assim, devem ser criados momentos de revisão do planejamento estratégico. A parte inicial dificilmente será mudada, mas a parte que indica o futuro pode ser objeto de mudanças. Nestas revisões, se o desvio for grande, deve-se refazer os planos. Se o desvio for pequeno, basta fazer os ajustes necessários.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Quando existe a determinação de deixar a dependência química, o indivíduo deve reconstruir a vida que existia antes da dependência. Uma das principais dificuldades é a recomposição dos limites.

Sendo assim, o modelo apresentado foi criado a partir de outros já existentes para poder auxiliar na criação de limites e de um caminho na vida que permita criar momentos de felicidade que deixem uma marca na alma, lembranças de amor e bondade guardados no coração. Sem planejamento, nossa vida será errante.

O modelo que foi apresentado já está sendo aplicado na reconstrução de vidas, mas pode ser aplicado por qualquer pessoa que queira definir seu caminho, independentemente de onde se encontre.

## REFERÊNCIAS

CEIFAR. **Manual Terapêutico** – Projeto Ceifar: Um modelo de tratamento em Dependência de Substâncias, Campo Largo, Paraná, 2010, 130 f. Manual não publicado

CHIAVENATO, Idalberto. **Planejamento Estratégico**. 2º ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2009.

CIROCCO, Grace. **Dê o passo** – a ponte estará lá. São Paulo: Fundamento Educacional, 2006.

CLOUD, Henry; TOWNSEND, John. **Limites**. São Paulo: Vida, 1999.

CUNHA, Paulo. Alterações neuropsicológicas nas dependências químicas: foco em córtex pré-frontal e na adolescência como período crítico de maturação cerebral. **Arq Med Hosp Fac Cienc Med Santa Casa São Paulo**. 2009; 54(3): 127-33.

DOLABELA, Fernando. **O segredo de Luisa**. Rio de Janeiro: Sextante, 2008.

DRUCKER, Peter F. **Introdução à administração**. São Paulo: Pioneira, 1984.

FIDALGO, Thiago; NETO, Pedro; SILVEIRA, Dartiu. **Abordagem da dependência química**. São Paulo: J. Bras. Psiquiátrico, 2008.

KANTEK, Jose. **O caminho da conquista**. Curitiba: Juruá, 2015.

PATRÍCIO, Sandro. **As cinco engrenagens da realização do empreendedor: como obter sucesso nos negócios e ser feliz**. Curitiba: Íthala, 2015.

PIRAGINE Jr., Paschoal. **Batalha espiritual** – Ministrando libertação no Corpo de Cristo. Curitiba: PibCuritiba, 2008.

SASTRE, Saul. **Planejamento Estratégico Pessoal com o uso do Balanced Scorecard**. Porto Alegre: Alternativa, 2011.

SITA, Mauricio. **Capital Intelectual A fórmula do sucesso**São Paulo: Ser Mais, 2013.

SULIVAN, Dan.: NOMURA Catherine. **As 10 leis do crescimento pessoal**. Rio de Janeiro: BestSeller, 2006.

WUNDERLICH, Marcos. Planejamento estratégico para a vida. In: SITA, Mauricio. São Paulo: Ser Mais, 2015.