

OPC - Exemplo e modelo de desenvolvimento de metas

Exemplo de Desenvolvimento de Objetivos OPC



Componente da meta e exemplo	Notas
Quem? <i>Johnny</i>	<ul style="list-style-type: none">• De quem comportamento / habilidade estamos buscando mudar / melhorar?• Pode ser o cliente, sua família, filho ou dependente• O cliente deve ter autoridade para tentar afetar essa alteração (por exemplo, pai).
Fará qual atividade? <i>Será sentado no tapete</i>	<ul style="list-style-type: none">• Que diferença observável ocorrerá (evite indicar o que não será feito)?
Em que contexto da vida cotidiana? <i>Durante os tempos de maturidade na escola</i>	<ul style="list-style-type: none">• Onde especificamente a mudança será observada?• Observe que alcançar mudanças "na clínica ou durante a sessão de tratamento" não é o mesmo que "participar mais plenamente da vida"• O 'treinador' deve ter autoridade nesse contexto (por exemplo, professor em sala de aula; pai em casa).
Quantas vezes / até que ponto? <i>90% da semana (relatório do professor)</i>	<ul style="list-style-type: none">• Como a mudança pode ser quantificada? Por exemplo, o Freqüênciao Nível de satisfação / experiênciao Tempo de duraçãoo Nível de envolvimentoo Intensidadeo Distância
Quando [DATA]? <i>final deste termo (dd / mm / aaaa)</i>	<ul style="list-style-type: none">• Concorde com uma data estimada em que é esperado o alcance dessa meta.• Isso indica quando esperamos obter um resultado, dado o esforço realizado.
Declaração completa da meta: <i>Johnny estará sentado no tatame durante os períodos de maturidade na escola 90% da semana (por relatório do professor) até o final deste período (dd / mm / aaaa).</i>	





Modelo de Desenvolvimento de Objetivos do OPC

Componente da meta [insira os detalhes abaixo]	Notas
Quem?	<ul style="list-style-type: none">• De quem comportamento / habilidade estamos buscando mudar / melhorar?• Pode ser o cliente, sua família, filho ou dependente• O cliente deve ter autoridade para tentar afetar essa alteração (por exemplo, pai).
Fará qual atividade?	<ul style="list-style-type: none">• Que diferença observável ocorrerá (evite indicar o que não será feito)?
Em que contexto da vida cotidiana?	<ul style="list-style-type: none">• Onde especificamente a mudança será observada?• Observe que alcançar mudanças "na clínica ou durante a sessão de tratamento" não é o mesmo que "participar mais plenamente da vida"• O 'treinador' deve ter autoridade nesse contexto (por exemplo, professor em sala de aula; pai em casa).
Quantas vezes / até que ponto?	<ul style="list-style-type: none">• Como a mudança pode ser quantificada? Por exemplo, o Frequência<ul style="list-style-type: none">o Nível de satisfação / experiênciao Tempo de duraçãoo Nível de envolvimentoo Intensidadeo Distância
Quando [DATA]?	<ul style="list-style-type: none">• Concorde com uma data estimada em que é esperado o alcance dessa meta.• Isso indica quando esperamos obter um resultado, dado o esforço realizado.
Declaração completa da meta:	



