@NIGHTWIRING · PROTOCOLO ESCOLHA

# Filtro Anti-Paralisia: Regra das 3 Opções

> Protocolo baseado no Paradoxo da Escolha (Iyengar & Lepper, 2000; Schwartz, 2004) — @nightwiring PT-BR

## 1. Corte de 24 para 3 em 30 segundos

No experimento clássico de geleia, 24 sabores atraíram mais olhares, mas converteram só 3%; 6 sabores converteram 30%. Elimine o que exige esforço acima do seu teto hoje.

✍ Top 3 opções viáveis hoje: (A) ____ (B) ____ (C) ____

## 2. Critério Eliminatório Único (não comparativo)

Comparar tudo em paralelo trava a amígdala por medo de arrependimento. Escolha 1 critério objetivo (tempo, custo ou retorno em 7 dias) e corte 2 opções agora.

✍ Critério único escolhido: _____

## 3. Decisão Reversível vs Irreversível

Se a escolha pode ser corrigida em menos de 14 dias, dê a si mesmo o teto de 5 minutos para começar e ajuste na execução.

✍ Vou executar a opção escolhida por ____ dias antes de revisar.


**Domine os 7 vieses que drenam foco e ação no dia a dia**

Acesse o guia completo passo a passo (Kiwify / Hotmart):

**Conhecer o Manual Nightwiring Completo (R$ 47) →**