

REVISTA TÓPICOS

A NECESSIDADE DE DESENVOLVIMENTO DE UMA MENTALIDADE DE CRESCIMENTO PARA UMA VIDA MAIS FELIZ E PARA O ALCANCE DE OBJETIVOS

DOI: 10.5281/zenodo.10720531

Sônia da Rocha Lima Vieira¹

RESUMO

As perspectivas que desenvolvemos sobre aspectos positivos da vida corroboram com uma mentalidade de crescimento e por sua vez se aplicam a fatos, ações e pessoas que enaltecem a crescente diversidade de situações que permite alcançar muitos objetivos. É importante que a compreensão da relação de felicidade e uma mente propensa a ver tudo de forma aberta e positiva é o fator decisivo para uma vida plena e feliz. A vida por si só, traz uma série de motivos para sermos gratos e para termos uma postura que atraia a felicidade em muitos aspectos, mas é utopia pensar que fatores de estresse, depressões, perdas, tristezas e desânimo não façam parte da jornada de todos em algum momento. A postura que cada pessoa toma ao resolver estes desafios é o que vai determinar o seu futuro e suas ações de maneira positiva ou não. Nesta vertente este projeto pretende desenvolver as questões corriqueiras e aspectos de mudança comportamental, atitudes para que atinjam seus objetivos a obter uma vida repleta de felicidade e

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

realizações, por meio de uma pesquisa bibliográfica que corrobora com esta temática.

Palavras-chave: Vida, Propósito, Felicidade.

ABSTRACT

The perspectives we develop on the positive aspects of life support a growth mindset and in turn attract facts, actions and people that enhance the growing diversity of situations that allow for the achievement of many goals. It is important that an understanding of the relationship of happiness and a mind prone to seeing everything openly and positively is the decisive factor for a full and happy life. Life itself brings a series of reasons to be grateful and to have an attitude that attracts happiness in many aspects, but it is utopia to think that stress factors, depression, loss, sadness and discouragement will not be part of everyone's journey at some point. moment of this incredible journey, but the attitude that each person takes when solving these challenges is what will determine their future and their actions in a positive or negative way. In this aspect, this project intends to develop the common questions and aspects of behavioral change, attitudes so that they reach their objectives to obtain a life full of happiness and achievements, through a bibliographical research that corroborates with this theme.

Keywords: Life, Purpose, Happiness.

1 Introdução

É comum identificarmos histórias de pessoas que buscam o sucesso e o atrelam a dinheiro e realizações financeiras e que ainda, relacionam suas

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

conquistas ao conceito de felicidade. No entanto, felicidade não está atrelado a nada muito objetivo ou quantificável, está mais voltado a percepção e atitude. Segundo Gianetti, (p.7 2002) “O enredo é familiar: a estrada da razão e da virtude leva ao regaço da felicidade. O presente é o berço do futuro que sepultará o passado”.

Ao ampliarmos o contexto das percepções que envolve as mais variadas esferas da vida, compreendendo como o contexto de cada período histórico interfere e ao identificarmos a forma como sociedade se percebe diretamente impactada pelas adversidades do cotidiano e da vida em geral, é nítido como em tempos dos nossos avós nem se refletia sobre está percebendo a vida de forma tão multável, era praticamente trabalho e menos propósito. A manutenção da família a qualquer custo estava no centro das atenções e era menos propenso a mudanças e pouco sociável às adversidades emocionais.

No início dos anos 80 com a geração Y emergindo na sociedade, ocorre uma transformação profunda onde o propósito e a felicidade são colocados no centro das relações, facilitando assim uma visão mais otimista do futuro e conseqüentemente mais aberto a mudanças e suas transformações.

Contudo, as preocupações de técnicas relevantes para buscar a potencialidade nas pessoas viraram uma busca multifacetada, não é possível mensurar a quantidade de vertentes e estudos dedicados as relações humanas e sua busca pelo sucesso e estabilidade. Neste contexto a inteligência emocional se tornou muito relevante, assim como o estudo do Mindset fixo e de Mindset de crescimento, a PNL e estudos

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

Neurocientíficos. Desta forma chegamos a muitas conclusões, que o estado de felicidade é treinável e a compreensão e mudança de paradigma é uma questão de autoconhecimento e percepção.

Logo, para abordar a temática da relação da necessidade de desenvolvimento de uma mentalidade de crescimento para uma vida mais feliz e para o alcance deste objetivo será necessária uma busca exploratória da ampliação dos vários conceitos inerentes a compreensão das potencialidades humanas e o propósito de vida. Diante do exposto, emerge no contexto desse projeto as seguintes problemáticas: Como podemos identificar e mapear as características da nossa mentalidade? Se estamos operando com uma mentalidade fixa ou uma mentalidade de crescimento? Como podemos desenvolver estratégias para potencializar o desenvolvimento dessa mentalidade mais promissora e de sucesso?

Como objetivo frente a problemática apresentada, este projeto de pesquisa pretende ampliar o conhecimento das ferramentas que permite a compreensão do estado de mudança e percepção da felicidade. Tem por objetivo ainda, entender o contexto que precisa desenvolver seu auto percepção, inteligência emocional e mentalidade de crescimento.

Nesta pesquisa, serão descritos e identificados os meios para compreender como as pessoas de uma maneira geral percebem a mudança de sua mentalidade de paradigmas fixos para outro de crescimento e a relação da vida mais plena e feliz.

REVISTA TÓPICOS

Mediante análise de evidentes fatos, o método de estudo bibliográfico aplicado, por ser um projeto focado para a discussão do tema em específico abordado na disciplina.

2 Crenças Limitantes

A medida em que identificamos a relação entre o que percebemos e o que realizamos, trazendo como pressuposto as atitudes relacionadas a crenças e valores, é notável que a percepção de uma determinada situação seja vista de forma pouco produtiva, a tendência em perceber suas respostas sempre limitada por uma visão minimalista e menos crítica pode inferir em um comportamento resistente e inerte frente ao mundo em sua volta.

Como afirma Azevedo, (2023,p.1) “ As crenças limitantes são pensamentos e ideias negativas que as pessoas têm sobre si mesmas, sobre os outros ou sobre o mundo ao seu redor e que as impendem de atingir seu potencial e alcançar seus objetivos”.

Por muitos anos não fomos preparados para mudar de comportamento e para identificarmos as falhas comportamentais que pouco cooperam para atingir o potencial mais aceitável a uma vida de sucesso, felicidade e abundância e as consequências são desastrosas e frustrante quando se conclui uma autorreflexão.

É comum surgir um pensamento ou ideia na mente de alguém que não é bom o suficiente

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

em várias áreas da vida, de que não tem talentos ou de que nunca será capaz de realizar seus objetivos. Essas crenças podem ter um impacto significativo em nossa vida e limitar nosso crescimento e desenvolvimento (Azevedo, 2023, p.3).

A percepção pessoal e o autoconhecimento são decisivos para mudar as crenças limitantes, e enfrenta-las admitindo cada uma delas é um meio satisfatório para começar um processo de transformação.

3 Mentalidade de crescimento para uma vida feliz

Uma mentalidade propensa a ver de forma positiva a vida de maneira geral atinge muitos propulsores de sucesso, assim como pode atrair desejos e obter sucesso em várias esferas da vida.

Todas as pessoas se esforçam e procuram ser bem-sucedidas. A ideia que as pessoas têm de sucesso é bem diferente de uma de uma para outra, mas concordam sobre as qualidades

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

desejáveis para realizar seus objetivos. O “sucesso” expressa a essência daquilo que chamamos de sucesso. A ideia do objetivo é a de “chegar lá”, de alcançar a meta que fixamos. Este é o resumo da ópera: “objetivo” (Atkinson, 2007, p.9).

Entender de forma muito clara o que se espera e ter um propósito bem estabelecido auxiliam a mentalidade de crescimento nas conquistas de suas metas e objetivos. De igual forma, entender suas limitações e como superá-las também é uma forma de se alcançar uma vida plena e feliz.

Olhar o mundo com a visão de que até suas adversidades são molas propulsoras de aprendizado e que sim, mesmo com algo muito ruim existe uma perspectiva muito positiva e transformadora. É impossível que resultados negativos aconteçam quando sua visão é naturalmente pautada na esperança e na fé em tudo. Quando entendemos os limites da nossa consciência e agimos com inteligência emocional, fica evidente que os ganhos serão ilimitados.

O que percebemos é que o pensamento dotado de um mindset de crescimento vive a vida com uma perspectiva leve e produtiva e entender como a inteligência emocional pode ser um fator determinante de mudança de paradigma é notável que não existe barreiras para a transformação.

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

Daniel Goleman, em seu livro, mapeia a Inteligência Emocional em cinco áreas de habilidades sendo estas o Auto-Conhecimento Emocional, Controle Emocional, Auto-Motivação, Reconhecimento de Emoções, Habilidade em relacionamentos inter-pessoais.

A ideia de buscar uma vida pela e de sucesso passa pelo habito constante de rever suas atitudes e acreditar que pode trocar ideias fixas para algo novo e multável e é fácil de aprender e treinar, assim como buscar leveza e autoconhecimento.

3 Considerações Finais

Como premissa deste projeto entendemos que para ter sucesso na vida em todas as suas esferas devemos nos despir das crenças limitantes, mudar sempre a rota é fundamental para uma mentalidade de crescimento. Saber o que pretende na vida e buscar um propósito determina seu sucesso.

É notável que não existe uma receita para lidar com as adversidades da vida, mas todos os estudos demonstram que sua atitude pode mudar seu presente e determinar seu futuro, será por meio de uma visão positiva que coisas boas serão atraídas para você e o que parecia difícil no começo vai se tornando real. Compreendemos também que a felicidade é um estado emocional que escolhemos e ter a mesma em abundancia passa também pela forma como vemos as situações negativas e estressoras.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

ARKINSON, Willian Walker, The Secret of Success, Ed Willian Walker Arkinson,2007,p80

AZEVEDO, Saba Marques Sotero de Azevedo, Quebrando as crenças limitantes, Ed. Saba Marques Sotero de Azevedo, 2023, 163p.

GIANETTI, Eduardo. Felicidade. 07. Ed. Companhia das letras, 2002. 232p.

GOLEMAN, Daniel. Inteligência emocional: a teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. Edição revista. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001. 370 p.

¹ Graduação. Especialização. Mestrando em Tecnologias Emergentes em Educação pela Must University. E-mail rochalima.sonia@gmail.com