



PITAGORAS - SISTEMA DE EDUCACAO SUPERIOR **CREENCIAMENTO MEC/ PORTARIA N° 662/08.**

Rua 12 de outubro, nº 377- Bairro: Centro – CEP: 65700-000 Bacabal/MA.

CNPJ: 05.438.997/0001-80, telefone: 9921260820

HOME PAGE: <http://www.faculdadepitagoras.com.br>

A Necessidade de Desenvolvimento de uma Mentalidade de Crescimento para uma Vida Mais Feliz e para o Alcance de Objetivos

Natália Borges de Sousa ¹

Resumo

O estudo desenvolveu a pesquisa sobre a necessidade do desenvolvimento da mentalidade de crescimento para uma vida mais feliz como alcance dos objetivos. A pesquisa tem como objetivo apresentar o desenvolvimento de uma mentalidade de crescimento, descreve os métodos e estratégias para potencializar essa mentalidade e identificar os benefícios da mentalidade de crescimento. A mentalidade de crescimento é desenvolvida por pessoas com pensamento positivo, conscientes da sua importância no mundo. São pessoas que superam, incentivam e inspiram outras pessoas a se desenvolverem. A inteligência emocional é algo que pode ser desenvolvido, e as pessoas que conseguem desenvolver essa aptidão tem a capacidade de trabalhar melhor suas ideias, desenvolver atitudes adequadas e positivas, fazer escolhas melhores e também possuem mais chances de obter sucesso em todos os âmbitos da vida. Os estudos e construção dessa pesquisa foram desenvolvidos na metodologia de revisão bibliográfica de artigos, livros, vídeos e materiais de apoio de autores como Dweck (2017), Goleman (2012), entre outros autores, pesquisadores da área. Apesar de existirem dois tipos de mentalidades, a fixa e a de crescimento e que o ser humano pode possuir as duas. O desenvolvimento de uma mentalidade de crescimento é a chave profissional e pessoal para uma vida feliz e todos são capazes de construir, desenvolver e manter essa mentalidade constante.

Palavras-chave: Inteligência Emocional. Mentalidade de Crescimento. Mindset.

1 Introdução

O mindset é baseado em como uma pessoa reage, supera e constrói nas situações que ocorrem. Essa mentalidade é classificada como fixa ou de crescimento, onde a mentalidade fixa evita situações difíceis e é própria da zona de conforto e a mentalidade de crescimento ajuda no alcance dos objetivos uma vez que é desenvolvida e mantida tanto na vida pessoal quanto na carreira profissional.

A maneira como a mentalidade se coloca no mundo ao longo da vida vai determinar o nosso sucesso e alegrias. Quando é entendido como funciona, a forma

¹ Docente do curso de Direito e Administração. Mestra em Administração. Especialista em gestão pública. MBA em gestão empresarial com ênfase em finanças. MBA em controladoria em finanças e especialista em docência do ensino superior.

de manter essa mentalidade conseguimos usá-la a favor do crescimento e manter por longo tempo essa positividade.

Este trabalho pretende apresentar o desenvolvimento da mentalidade de crescimento, descrever as estratégias para essa mentalidade e identificar os benefícios. Comprovando assim que quando um indivíduo desenvolve e mantém uma mentalidade de crescimento ele vive feliz e tem grandes chances de alcance dos seus objetivos.

A mentalidade de crescimento vem sendo difundida como formula de crescimento na vida pessoal e profissional de muitas pessoas, nas mais diversas áreas como um formula para uma vida mais feliz, bons relacionamento, bem como para o sucesso nas ações que levam ao sucesso.

2 Desenvolvimento

2.1 Metodologia

Os estudos e construção da pesquisa foram desenvolvidos na metodologia de revisão bibliográfica com a utilização de artigos, livros, vídeos e materiais de apoio como de autores como Dweck (2017), Goleman (2012) entre outros autores e pesquisadores da área. Apresentamos os conceitos sobre inteligência emocional, mentalidade de crescimento, mentalidade fixa e de crescimento desenvolvidos por especialistas e pessoas que tiveram resultados.

2.2 O que é Mentalidade de sucesso

A palavra Mindset significa “modelo mental”, ou seja, a maneira de pensar característicos de cada pessoa. É configuração dos seus pensamentos, e como atua e reage a cada situação.

Conhecida também como a psicologia do sucesso a Mentalidade de Sucesso determina a forma como organizamos nossos pensamentos, assim como explana nosso modo otimista ou nosso modo pessimista de responder e enxergar as várias situações que se apresentam e o nosso comportamento diante delas.

O termo “Mentalidade de Sucesso” foi apresentado pela primeira vez por Carol S. Dweck professora de psicologia na Universidade Stanford e especialista em sucesso e motivação. No seu livro “Mindset, a nova psicologia do sucesso” (2017),

Carol apresenta duas formas de pensar growth e fixed. As pessoas que tem um growth-mindset estão sempre aprendendo com os seus erros, não tem medo de falhar, acreditam que seu talento é um ponto de partida, as suas habilidades estão sempre em desenvolvimento e o seu sucesso depende de dedicação e esforço. As que tem um fixed-mindset, acreditam que são ou não inteligentes, temem falhar e julgam que o esforço é somente para os fracos.

O cérebro humano, quando adquire novos conhecimentos e os guarda na forma de aprendizados, desenvolve a criação de conexões cerebrais que se modificam à medida que novos aprendizados e habilidades são adquiridos e absorvidos nas sequencias. O Mindset pode ser alterado por meio de tratamentos educacionais, visando desenvolver no indivíduo uma mudança de em sua configuração mental, o que eleva seu Mindset de Crescimento e melhora seu desempenho cognitivo (DWECK, 2017). Dentro dessa colocação do autor existem diversos testes e profissionais capacitado para esse trabalho aplicados as pessoas que desejam desenvolver e manter um bom mindset.

O sucesso é algo intrínseco do ser humano. Esse sucesso depende dos hábitos diários para melhorar a produtividade, suas rotinas e todas as atividades desenvolvidas. As pessoas de sucesso conseguem se adaptar e gerenciar as mudanças que ocorrem. Se uma ideia falhar a mente de uma pessoa bem com mentalidade de sucesso vai absorver e lidar melhor com a situação e se ajustar as mudanças que irão se apresentar.

Goleman (2012) detalha que: enquanto a inteligência emocional determina nosso potencial para aprender os fundamentos do autodomínio e afins, nossa competência emocional mostra o quanto desse potencial dominamos de maneira em que ele se traduza em capacidades profissionais. Sem o desenvolvimento da inteligência emocional não é possível trabalhar e praticar a mentalidade de crescimento e por consequência a mentalidade de sucesso, pois se o indivíduo não estiver emocionalmente bem, seus pensamentos não serão positivos e nem de crescimento.

Para Bradberry e Greaves (2007, p.48), “a Inteligência Emocional ajuda a ter um desempenho mais eficiente, melhora o relacionamento com os outros e motiva a trabalhar. Isso cria um ambiente onde todos vencem”. Sendo por tanto a inteligência

emocional uma parte do desenvolvimento e da construção e da manutenção da mentalidade de crescimento.

2.3 Tipos de Mentalidades

Carol S. Dweck, em seu livro *Mindset: a nova psicologia do sucesso*, explica que existem dois tipos de mindset: o mindset fixo e o mindset de crescimento, também pode ser chamado de mindset progressivo ou crescente.

As pessoas que desenvolvem a mentalidade fixa acreditam que sua inteligência é limitada e não muda. Possuem a crença limitante com tendência a evitar desafios e novas experiências, pois tem medo de serem vistos como menos inteligentes. Por outro lado, as pessoas de mentalidade de crescimento acreditam que a sua inteligência sempre melhora cada vez mais pela aprendizagem que o caminho do sucesso está presente nos resultados do seu trabalho e no seu esforço. Pessoas em uma mentalidade de crescimento acreditam que alguém pode ser bom em qualquer coisa, porque suas habilidades são inteiramente devidas a suas ações (DWECK, 2006).

Na Figura 1 podemos observar as características de cada tipo de mindset.

Figura 1 - Mindset fixo e de crescimento



Fonte: <https://vivianeandrade.com.br/>

A visão de mentalidade de crescimento é voltada para os objetivos, ela também é chamada de “teoria incremental da inteligência”, assim como a visão de mentalidade fixa está voltada para os objetivos de desempenho, sendo conhecida como “teoria da entidade da inteligência”. Então, uma pessoa que tem o direcionamento para objetivos de aprendizado desenvolve o mindset de crescimento e a que demonstra direcionamento aos objetivos de desempenho desenvolve o mindset fixo.

Pessoas com a mentalidade fixa ficam estagnadas no comodismo, assim não conseguem aumentar os resultados ou crescer na carreira, para mudar se faz necessário uma mudança de hábitos e pensamentos direcionada para as metas e objetivos que se busca. Para as pessoas com mentalidade de crescimento a inteligência pode ser melhorada. Elas acreditam que podem aprender sobre tudo, do simples até as habilidades artísticas. Para elas o aprendizado independe da idade, pois ele está relacionado com o querer e com o esforço para conseguir o objetivo.

2.4 Desenvolvimento da mentalidade de Crescimento.

A mentalidade de crescimento leva as pessoas a acreditarem que podem se desenvolver naquilo que se propõem, conseguem também colocar mais energia nos processos de aprendizado, alcançando, assim, os melhores resultados. De acordo com a autora

Dweck (2017) possuir a “mente aberta”, ser flexível ou ter uma visão positiva sobre a vida não é o mesmo que ter growth mindset, embora exista essa confusão frequente sobre os termos.

Quem desenvolve o mindset de crescimento acredita que consegue melhorar não só a própria inteligência e os seus resultados, acreditam também que é capaz de melhorar em tudo na vida. Pode superar seus vícios, defeitos, medos, incertezas, assim como pode ajudar a si mesmo e aos outros.

O desenvolvimento e prática da mentalidade de crescimento é também chave de crescimento dentro das organizações, quando todos os envolvidos adotam essa mentalidade. Quando se considera o indivíduo como ser em constante aprendizado, o tema “Mindset” liga-se ao potencial empreendedor em sua abordagem

comportamental, como um comportamento passível de ser desenvolvido nele dentro de uma organização (DORNELAS, 2007).

Indivíduos com a mentalidade de crescimento possuem chances maiores de ter sucesso no trabalho, ter uma saúde física e emocional saudável e conseguem ter uma rede de relacionamento positiva e sólida. É a partir da mentalidade de crescimento que as pessoas conseguem romper com as limitações e iniciam com confiança e otimismo, encontram o ponto de virada para desenvolver o potencial tanto em vida quanto nossos negócios.

É possível desenvolver a mentalidade de crescimento, e como todo ato de desenvolvimento, exigirá esforço e vontade. Com as práticas de ações como: conhecer a si mesmo e aceitar suas fraquezas; enxergar tudo como oportunidade de aprendizagem; substituir o “não deu certo” pelo “o que eu aprendi”; experimentar várias formas de aprender; não buscar tanto aprovação; focar no crescimento; praticar autorreflexão; aprender com os próprios erros e observar os erros das outras pessoas; e criar sempre novos objetivos.

Quando a pessoa consegue compreender que pode controlar a própria mente e que não é o contexto externo que a controla, mas sim ela mesma, ela adquire a capacidade de reconfigurar à sua maneira de pensar, o que a leva a identificar os aspectos positivos.

Assim ela melhora sua qualidade mental, estado psicológico, estado de espírito, seu movimento intelectual e sua maneira de realizar julgamentos.

Foram desenvolvidos diversos teste para mensurar qual o mindset das pessoas. Visto que uma pessoa desenvolver os dois tipos de mentalidade, mas que a de crescimento pode ser desenvolvida, construída, trabalhada, detalhada e aprendida, as pessoas que buscam esse diferencial, esse melhor comportamento, procuram profissionais que lhes auxiliam e lhes submetem a teste para verificar qual a mentalidade é a predominante e a melhor forma de trabalhar a construção da mentalidade de crescimento.

3 Conclusão

O desenvolvimento de uma mentalidade de sucesso avançado nos coloca no caminho da felicidade e do alcance dos objetivos. Dentre as duas habilidades



PITAGORAS - SISTEMA DE EDUCACAO SUPERIOR
CREENCIAMENTO MEC/ PORTARIA N° 662/08.

Rua 12 de outubro, nº 377- Bairro: Centro – CEP: 65700-000 Bacabal/MA.
CNPJ: 05.438.997/0001-80, telefone: 9921260820
HOME PAGE: <http://www.faculdadepitagoras.com.br>

apresentada na pesquisa podemos escolher uma e desenvolver. A mentalidade que escolhermos fará a diferença na vida e principalmente nos objetivos pessoais e profissionais.

Este trabalho abordou a mentalidade de sucesso e a mentalidade de crescimento e sua relação com uma vida mais feliz e o alcance dos objetivos aplicada nas diversas áreas da vida. Na pesquisa da autora do tema foram descobertas as duas mentalidades, fixa e de crescimento, a mentalidade fixa é estagnada e limitada, quem a mantém possuem grandes chances de não se desenvolver, a mentalidade de crescimento é responsável pelo vida feliz e sucesso das pessoas que a praticam, essas pessoas tem grande autoestima, são preocupadas não somente no seu desenvolvimento, mas de todo o contexto em que está inserida.

Diante da pesquisa bibliográfica foi possível compreender o significado e importância da mentalidade de crescimento e dos benefícios que essa prática proporciona nas pessoas com essa mentalidade, levando-as a viverem de uma forma mais leve, sem muitas cobranças, sem comodismo, sem autopunição e com muito sucesso.

Referências

BRADBERRY, T.; GREAVES, J. **Desenvolva a sua inteligência emocional**: tudo o que você precisa saber para aumentar o seu Q.E. Rio de Janeiro: Sextante, 2007.

DORNELAS, J.C.A. **Empreendedorismo na prática**: mitos e verdades do empreendedor de sucesso. Rio de Janeiro: Elsevier, 2007.

DWECK, C. S. **Mindset**: a nova psicologia do sucesso. São Paulo: Objetiva, 2017.

DWECK, C.S. **Mindset**: a nova psicologia do sucesso. São Paulo: Objetiva, 2006.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.