

MINDSET DE SUCESSO

Fatores que Influenciam Quando Buscamos uma Mentalidade de Sucesso

Carlos Gustavo Lopes da Silva¹
Geisse Martins²
Hugo Silva Ferreira³
Rafael Amaral Pereira⁴

RESUMO

O presente trabalho foi desenvolvido através de metodologia bibliográfica descritiva e possui o objetivo de tratar sobre alguns assuntos, de forma superficial, que influenciam no desenvolvimento de uma mentalidade de sucesso. Para alcançá-lo, uma considerável parte do trabalho está relacionado com o ramo de conhecimento que envolve a área da psicologia. Podemos ver o impacto que a nossa percepção da realidade tem nas nossas crenças, emoções e resultados. Vemos os prejuízos e danos que uma crença limitante pode causar e a importância da fé para superarmos o fracasso. Também são apresentadas ferramentas, ressignificação e modelagem, que podem nos ajudar a mudar de um *mindset* fixo para um *mindset* de crescimento. Também é abordado sobre um pouco de emoções e sobre a Lei da Atração. Ao final é evidenciado, além da importância da fé para quebrarmos os ciclos indesejados, sobre o impacto das nossas emoções e a importância de gerenciá-las para que a Lei da Atração aja em nosso favor.

Palavras-chave: Mentalidade de Sucesso. Lei da Atração. Psicologia Positiva. Crenças Limitantes. Sucesso.

ABSTRACT

The present work was developed through descriptive bibliographic methodology and has the objective of dealing with some subjects, in a superficial way, that influence the development of a successful mentality. To achieve it, a considerable part of the work is related to the branch of knowledge that involves the field of psychology. We can see the impact our perception of reality has on our beliefs, emotions and outcomes. We see the damage and damage that a limiting belief can cause and the importance of faith to overcome failure. Also presented are tools, reframing, and modeling that can help us shift from a fixed mindset to a growth

¹ Doutorando em Gestão e Negócios (UNISINOS). Mestre em Tecnologias Educacionais em Rede (UFSM). Especialização em Desenvolvimento de Jogos Digitais (ESTÁCIO). Pós-Graduação (MBA) em Administração Estratégica (ESTÁCIO). e-mail: cgsilva33@gmail.com

² Doutorando em Educação (Yvy Enber). Mestre em Administração de empresas pela Must University. e-mail: geisse@geisse.com.br

³ Graduação em Administração pela UNIFAEAL. Especialização em Docência do Ensino Superior e MBA em Educação Corporativa. Mestre em Administração pela Must University. E-mail: prof.hugosferreira@gmail.com

⁴Mestrando em Administração pela Must University. amaral@rapx@gmail.com



mindset. It is also covered a bit about emotions and the Law of Attraction. In the end, in addition to the importance of faith to break unwanted cycles, it is highlighted the impact of our emotions and the importance of managing them so that the Law of Attraction acts in our favor.

Keywords: Success Mindset. Attraction law. Positive Psychology. Limiting Beliefs. Success.

1 Introdução

Há pouco tempo o Brasil passou por um período de campanha eleitoral no qual, famílias e amigos romperam relacionamentos de anos por causa de posicionamentos políticos. Apesar de muitos acreditarem numa visão progressista devido às influências e ensinamentos da mídia, dos ambientes escolares e acadêmicos, isso não muda o fato dos fundamentos, nos quais fora construída a sociedade Brasileira, serem conservadores. Uma visão, de que o novo sempre é melhor do que o antigo que já foi provado, testado e consolidado, além de criar uma ruptura entre gerações, expõe toda a sociedade a riscos e problemas sociais que poderiam ser evitados se a maioria das pessoas não possuísse um *mindset* fixo.

(Gordon, 2017, np.) O mais grave de tudo é que a coisa tem migrado do discurso para a ação, da esfera semântica para a esfera normativa e jurídica, convertendo-se as exibições mais doentias de suscetibilidade e subjetivismo em fonte de direitos. O ativismo politicamente correto que toma conta das redações de jornais e das cátedras universitárias grassa também no meio jurídico, em que juízes e advogados progressistas se arvoram no direito de usar o poder da lei para educar uma sociedade que, do alto de sua onipotência revolucionária, eles consideram “atrasada”.

Crenças que não refletem a realidade, ou que são prejudiciais para os portadores, são defendidas com agressões, tanto verbais quanto físicas, ao invés de debates fundamentados em conhecimentos, fatos e comprovações científicas. Por outro lado, enquanto o cenário fica cada vez pior, os verdadeiros interessados aproveitam e se beneficiam com a situação.

(Gordon, 2017, np.) O fato é que, confundindo malícia com inteligência, tapinhas nas costas com gestos de benevolência, os brasileiros foram seduzidos — uns por carência material, outros por carência espiritual, outros ainda por oportunismo. Todos os brasileiros? Claro que não, porque há sempre espíritos fortes e imunes à “aura” que emana do poder, espíritos que não se deixam levar por essas imitações baratas da kenosis cristã, pelas quais, do alto de sua olímpica existência, o líder político parece “descer” até o povo.

Outro fato interessante é que enquanto uma boa parte da sociedade veste o manto de vítima, por causa da sua crença, de que a responsabilidade pelo seu sucesso não está em suas mãos e sim nas de terceiros, outra parte considerável busca o sucesso na esperança de ser feliz. Apesar desses últimos aparentemente estarem um pouco mais evoluídos em suas crenças, também se encontram presos em uma crença limitante da mesma forma que os primeiros. Enquanto os primeiros acreditam que não podem fazer nada, os últimos correm atrás do sucesso pois acreditam que ele lhes trará felicidade e por causa disso vivem infelizes porque o sucesso é consequência da felicidade e não ao contrário.

(Achor, 2021, p.50) Por gerações e gerações, fomos levados a acreditar que a felicidade girava em torno do sucesso. Que, se nos empenharmos o suficiente, teremos sucesso e só quando tivermos sucesso é que poderemos ser felizes. Acreditava-se que o sucesso era o ponto fixo do universo do trabalho, com a felicidade gravitando em torno dele. Agora, graças às descobertas revolucionárias do campo emergente da psicologia positiva, estamos aprendendo que o que acontece na verdade é o contrário. Quando estamos felizes - quando a nossa atitude e estado de espírito são positivos -, somos mais inteligentes, mais motivados e, em consequência, temos mais sucesso. A felicidade é o centro, e o sucesso é que gira em torno dela.

A ideia do presente trabalho é, através de uma metodologia bibliográfica descritiva, estudar, perto da luz da psicologia e de forma superficial, sobre alguns fatores, crenças e atitudes que podem contribuir ou prejudicar a nossa felicidade e o desenvolvimento de um *mindset* de crescimento nos impossibilitando de alcançarmos o sucesso.

Inicialmente será abordado sobre percepção x realidade e crenças limitantes, seguido de ressignificação e modelagem de padrões, encerrando com uma breve passagem sobre emoções e a Lei da Atração. Após os itens apresentados, temos uma breve análise e conclusão.

2 Fatores que Influenciam Quando Buscamos uma Mentalidade de Sucesso

2. 1 Percepção x Realidade

Muitas pessoas acreditam que a realidade mudou e que as coisas como eram antigamente já não são mais, porém uma boa parte das coisas que nós temos hoje como inovadoras são baseadas em conceitos antigos. A linguagem binária utilizada atualmente nos modernos computadores de informática tem o mesmo conceito que já era utilizado no código

Morse e em equipamentos mais antigos como o telégrafo. Por outro lado, existem algumas crenças que mudam de acordo com a região como por exemplo, no Rio Grande do Sul, estado brasileiro localizado na região sul do Brasil, uma vaca além de fornecer o leite como alimento, é sinônimo de um delicioso churrasco enquanto que na Índia, a mesma é reconhecida e tratada como um deus. Mas o que seria de fato uma vaca?

(Cury, 2018, p.63) Somos o *Homo sapiens*, o homem que pensa, e esta relação entre um sujeito observador e pensante e um objeto que ele quer compreender pode-se chamar de conhecimento. O conhecimento, como a própria identidade humana é maior instrumento criado pela inteligência, é uma abstração que busca explicar o mundo. Configura-se pela relação entre um sujeito que observa e pensa e um objeto, uma coisa, um fenômeno ou uma situação que ele quer explicar.

Conforme Editora (2013) a definição de vaca, zoologia, é a fêmea do boi e um mamífero ruminante pertencente à família dos Bovídeos. Apesar disso cada pessoa pode ter uma crença e percepção diferente em relação à vaca além das já apresentadas como: fonte de renda, animal de estimação, um ser que deve ficar livre na natureza e sem ser perturbado ou consumido como alimento, um animal que não deve ser produzido porque emite metano no meio ambiente...

(Shermer, 2012, p. 19) Construímos nossas crenças por várias e diferentes razões subjetivas, pessoais, emocionais e psicológicas, em contextos criados pela família, por amigos, colegas, pela cultura e a sociedade. Uma vez consolidadas essas crenças, nós as defendemos, justificamos com uma profusão de razões intelectuais, argumentos convincentes e explicações racionais. Primeiro surgem as crenças e depois as explicações.

O mais interessante é o fato de não ser a realidade, vaca animal ruminante, que define as nossas atitudes e sim as nossas crenças em relação ao animal. Tanto é que nos exemplos extremistas, enquanto uns estão fazendo churrasco, outros estão se curvando e adorando o animal como sendo um deus.

2. 2 Crenças Limitantes

Em relação às crenças, nós podemos ter crenças nos ajudam a atingir os nossos sonhos, propósitos e objetivos, e crenças que nos conduzem a uma vida sem propósito, passiva ou até mesmo de sofrimento. O problema é que tanto as crenças favoráveis quanto as

que nos prejudicam com o tempo vão ficando cada vez mais forte por causa de um círculo que se repete: Crença, atitude, consequências, impacto emocional e reafirmação da crença. Exemplo: O jogador não acredita que pode vencer, não treina antes e durante o jogo não se esforça, perde o jogo, se decepciona com o resultado e reafirma a sua crença de que estava certo...

(Shermer, 2012, p. 20) Uma vez formadas as crenças, o cérebro começa a procurar e encontra evidências que as confirmem, o que aumenta a confiança emocional e acelera o processo de reforço dessas crenças. Assim, o processo continua em um ciclo de reforço e confirmação das crenças.

Os maiores desafios que nós enfrentamos para abandonar uma crença limitante é o de conseguir não dar ouvidos para as infinitas desculpas e justificativas criadas pela nossa mente enquanto que os nossos olhos estão vendo resultados que reafirmam esses argumentos como sendo corretos e reais. Nesse momento a única coisa que dispomos para conseguir vencer é a nossa fé. (*Bíblia Sagrada: Nova Versão Internacional, 2001, Hebreus 11:1*) "Ora, a fé é a certeza daquilo que esperamos e a prova das coisas que não vemos."

2. 3 Ressignificação

Uma notícia animadora é que, se tivermos fé, poderemos mudar o nosso subconsciente e os hábitos que foram criados por causa das nossas crenças limitantes. Uma história, cheia de fracasso, tristezas e decepções pode transformar-se em um percurso cheio de felicidades, sonhos realizados, vitórias e muitas conquistas. Porém para que isso seja possível, nós precisamos conforme Elrod (2016) estar dispostos a nos esforçar e acreditar no nosso potencial ilimitado, ao invés de nos basearmos nas limitações que nós mesmos nos impomos. Precisamos superar o medo irracional e aproveitar as novas oportunidades. Nós precisamos mudar a nossa perspectiva em relação as coisas que aconteceram no passado, pois conforme Bandler (1986, p.9) "O significado de todo acontecimento depende do “molde” (frame) pelo qual o vemos. Quando mudamos o molde, mudamos o significado."

Ao invés de ficarmos sofrendo e pensando nas injustiças, traições, abandonos e faltas de oportunidade, precisamos focar nas oportunidades, aprendizados e benefícios que surgiram com os incidentes do passado, aceitá-lo, abandonar a tristeza, agradecer pelo aprendizado, decidir ser feliz e continuar em frente rumo ao sucesso.

(Bandler, 1986, p.9) A isso chama-se “ressignificar” (reframe): modificar o molde pelo qual uma pessoa percebe os acontecimentos, a fim de alterar o significado. Quando o significado se modifica, as respostas e comportamentos da pessoa também se modificam.

2. 4 Modelagem de Padrões

Conforme Dweck (2022), nós podemos ter dois tipos de *mindset*: o *mindset* fixo ou o *mindset* de crescimento. As pessoas que possuem um *mindset* fixo, quando enfrentam adversidades, são negativas e aceitam a situação forma passiva em uma posição de vítima enquanto que, as pessoas com *mindset* de crescimento são mais positivas, aprendem com a situação e buscam uma alternativa de superar e vencer a adversidade. As pessoas com *mindset* fixo focam exclusivamente no resultado enquanto que as pessoas com *mindset* de crescimento desfrutam de todo o processo independente do resultado.

Atualmente dispomos de ferramentas que podem nos ajudar a sermos bem sucedidos na mudança do nosso modelo mental. Um exemplo que nós podemos utilizar é a modelagem de posturas, linguagem e padrões de comportamentos das pessoas que possuem um *mindset* de crescimento e que já alcançaram os objetivos e o sucesso que almejamos.

(Pitta, 2015, pp.10-11) Todavia, esta consciência é influenciada por modelos ou padrões que existem em nosso subconsciente, cujas impressões foram colecionadas durante a vida. Nosso subconsciente é muito sugestionável pelas impressões que nele colocamos por meio do nosso consciente, que por sua vez é também muito influenciável pelas informações e estímulos do meio ambiente.

A mente subconsciente são os nossos hábitos e tudo o que fazemos com a devida determinação fica registrado nela. O sistema límbico que nela atua, entre outras funções é responsável pelo seu funcionamento. Com determinação podemos sugestionar o nosso subconsciente que irá realizar o que for impresso nele e, então, podemos tirar partido dessa funcionalidade, para programarmos os padrões que queiramos que ele crie para nós.

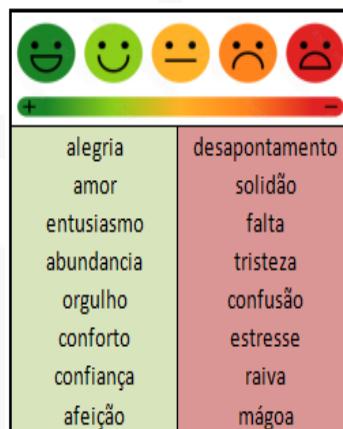
2. 5 E as Emoções?

As nossas emoções possuem um papel fundamental para alcançarmos o resultado e o sucesso que desejamos. Dificilmente conseguiremos fazer o esforço necessário quando estamos tristes, decepcionados, com sentimentos de culpa e até mesmo magoados com pessoas por causa de acontecimentos que aconteceram no passado. A ideia é que nósせjamos emocionalmente invencíveis. Conforme Elrod (2016) toda dor emocional não é causada pelos fatores externos e sim internos, ou seja, por nós mesmos e, diferente do que a maioria

acredita, nós temos o poder de gerenciar a nossas emoções e decidir não sentir nenhuma dor emocional. Em outras palavras nós temos o poder de não gerar nenhuma emoção negativa. Quando já não temos nenhuma emoção negativa nós alcançamos o estado de espírito de paz. Uma vez alcançado esse estágio, agora basta apenas decidir e começar a ser feliz. (Achor,2021, p.36) “Ser feliz não é acreditar que não precisamos mudar, é perceber que podemos.”

2. 6 A Lei da Atração

Figura 1 Emoções x Tipos de Vibrações



Fonte: Adaptado de Losier (2020, p. 40)

A partir do momento no qual nós conseguimos desfrutar de sentimentos positivos, começamos a ter a Lei da Atração trabalhando em nosso favor. Conforme Losier (2020, p.35) “A Lei da Atração pode ser definida da seguinte maneira: Atraio para a minha vida qualquer coisa à qual dedico atenção, energia e concentração, seja ela positiva ou negativa.”

Considerando que os nossos corpos são compostos por átomos que em suas composições possuem elétrons orbitando ao redor de um núcleo, mesmo que não notemos, nós estamos sempre em movimento. Esse movimento contínuo gera vibrações que podem ser negativas ou positivas. O tipo de vibração é determinado pelo nosso estado de espírito e atrai coisas e pessoas que estejam na mesma frequência.

(Losier, 2020, p.39) No mundo “vibracional” só existem duas espécies de vibrações, a positiva e a negativa. Qualquer estado de espírito ou sentimento faz com que você emita, envie ou proporcione uma vibração, que pode ser positiva ou negativa. Se

consultar um dicionário e selecionar todas as palavras que descrevem um sentimento, verá que pode incluí-las numa dessas duas categorias. Cada palavra descreverá um sentimento que gera uma vibração positiva ou um sentimento que gera uma vibração negativa.

Cada um de nós emite vibrações positivas ou negativas. Na verdade, estamos sempre emitindo vibrações. Pense sobre a expressão “Ele emite boas vibrações” ou “Esse lugar tem vibrações negativas”.

A Lei da Atração ou o fluxo do processo de vibração é semelhante ao ciclo no qual as nossas crenças são reafirmadas. Conforme Losier (2020) nós recebemos algo, observamos esse item recebido, geramos uma emoção, essa emoção gera uma vibração que traz mais daquilo que nós recebemos independente de querermos ou não. Esse ciclo deixa ainda mais claro a importância de gerenciarmos as nossas emoções e conseguirmos ter fé o suficiente para quebrarmos os ciclos indesejados e que nos afastam dos nossos sonhos e objetivos. Todo o segredo está no nosso foco, pois devemos focar sempre naquilo que nós queremos independente de existir ou não, pois a nossa frequência fará aquilo que não existe tornar-se real.

3 Considerações Finais

No presente trabalho nós tivemos a oportunidade de estudar sobre alguns fatores que muitas vezes dificultam ou nos impedem de desenvolvermos uma mentalidade de sucesso. Nossas experiências e ensinamentos criam as nossas crenças que, se forem limitantes, podem nos prender em resultados de fracasso e um estilo de vida totalmente indesejado. As pessoas presas em um ciclo de fracasso, normalmente possuem um estado de espírito negativo, com emoções ruins, que, além de reforçarem as suas crenças limitantes, atraem e criam situações indesejadas, devido a Lei da Atração.

Quando estamos presos em uma situação de fracasso, por causa da nossa mentalidade, a única porta de saída que dispomos é a nossa fé. Uma fé inabalável é de extrema importância porque nós precisamos ignorar as mentiras e crenças limitantes que estão dentro da nossa mente, as emoções negativas que sentimos e a realidade que enxergamos ao nosso redor. Ela abre os nossos olhos para vermos o invisível e a tão sonhada realidade que ainda não existe, mudando o nosso estado de espírito, as nossas emoções e a nossa frequência. Com a Lei da Atração nós descobrimos que ter uma mentalidade de sucesso não contribui apenas para gerenciarmos as nossas emoções, termos fé e nos esforçarmos. A mentalidade de sucesso além

de mudar o nosso interior, também muda a nossa realidade exterior de tal forma que alcançar o sucesso passa a ser uma coisa inevitável que depende apenas de uma questão de tempo.

4 Referências Bibliográficas

- Achor, S. (2021). *O jeito Harvard de ser feliz: O curso mais concorrido de uma das melhores universidades do mundo*. São Paulo: Saraiva Educação SA.
- Bandler, R. (1986). *Resignificando: programação neurolinguística e a transformação do significado* (Vol. 27). São Paulo: Grupo Editorial Summus.
- Bíblia Sagrada: Nova Versão Internacional (NVI). (2001). Editora Vida.
- Cury, A. (2018) *Treine o seu Cérebro para Provas*. São Paulo: Editora Método.
- Dweck, C. (2022). *Mindset: A nova psicologia do sucesso*. São Paulo: Objetiva.
- Editora, P. (2013). *Dicionário da Língua Portuguesa com Acordo Ortográfico*.
- Elrod, H. (2016). *O milagre da manhã*. Rio de Janeiro: Editora Best Seller.
- Gordon, F. (2017). *A corrupção da inteligência*. Editora Record.
- Losier, M. J. (2020). *A Lei da Atração: o segredo de Rhonda Byrne, colocado em prática*. São Paulo: Casa dos Mundos.
- Pitta, C. C. (2015) *Seu Cérebro e Mente – Como as Programações Mentais Criam sua Realidade*. São Paulo: Pitta.

Shermer, M. (2012). Cérebro & crença: de fantasmas e deuses à política e às conspirações: como o cérebro constrói nossas crenças e as transforma em verdades. São Paulo: JSN Editora Ltda.

