

Fórmula do Sucesso Definitivo

Quais são as melhores
estratégias para se ter uma
Carreira de Sucesso?

Com Paula Marjorie



SUMÁRIO

1. Introdução à Fórmula do Sucesso Definitivo

2. Metas SMART

3. Livro de Regras

4. Gatilhos Diários

5. "Receita" de Sucesso para a sua Carreira

1

INTRODUÇÃO À FÓRMULA DO SUCESSO DEFINITIVO



Introdução à Fórmula do Sucesso Definitivo

Na maior parte das vezes, fomos condicionados que para se ter sucesso precisa seguir carreiras bem reconhecidas e bem sucedidas como direito, medicina, administração, pois as demais não lhe garantiriam oportunidades suficientes para você ingressar no mercado de trabalho. E hoje, será que seguimos com esse mesmo conceito?

Neste ebook, traremos conceitos do que temos de mais atual no mundo sobre sucesso e estratégias, que serão determinantes na escolha de sua carreira, para que possas dar os passos certos com as melhores estratégias possíveis.

E antes de darmos continuidade a essa jornada, para que faça ainda mais sentido, é importante que você tenha visto o primeiro ebook, onde falamos sobre inteligência emocional, os tipos de foco, forças de caráter e as competências do profissional do futuro, que estão totalmente conectados com o que vamos trazer nesse ebook.

De acordo com Tony Robbins: "As pessoas que conseguiram superioridade seguem um caminho coerente para o sucesso". E Tony chama esse caminho de "Fórmula do Sucesso Definitivo", com 5 fatores chaves:

1. Conhecer o Efeito.

Ter clareza do que você realmente quer. Não com base no que os outros querem que você faça, afinal, o sucesso aqui está totalmente ligado ao que você realmente quer fazer, pois fazer algo lucrativo, que lhe dê resultados porém que não seja algo que você realmente ame fazer, pode no fim das contas não ser sucesso para você.

E a partir deste efeito (objetivo), poderás plantar as melhores causas (estratégias e ações), em respeito a grande lei universal: A lei da causa e efeito. Para toda causa, se tem um efeito.

2. Modelar o que funciona.

Assim como a neuroplasticidade do nosso cérebro, que se refere à capacidade do sistema nervoso de mudar, adaptar-se e moldar-se a nível estrutural e funcional ao longo do desenvolvimento neuronal e quando sujeitos a novas experiências, nós também conseguimos nos moldar para atingir nossos objetivos.

E como seria isso? Diferente de copiar, a modelagem acontece quando temos alguma referência e inspiração na área de atuação e na carreira que queremos seguir, e passamos a acreditar naquilo que essa pessoa acredita, seguir os passos e estratégias que deram certo para ela, contudo adaptado a nossa realidade e individualidade.

3. Tomar medidas.

E muito importante, como diz a Alice no País das maravilhas: "Se você não sabe para onde ir, qualquer caminho serve", ou seja, precisa ser mensurado onde você está na sua rota de evolução. Um exemplo para contextualizar é se imaginar num deserto do saara, onde você precisa marcar por onde já andou, medir, para que não ande em círculos. Precisa de uma bússola, um guia, caso contrário, morrerá de sede e fome no meio do deserto.

Trazendo para a sua carreira, tenha metas e evidências de que você está cada vez mais próximo do seu objetivo e comemore cada passo dado. Isso te motivará a seguir em frente e te dar um senso de que você está subindo os degraus para o sucesso de sua carreira.

4. Desenvolver o sentido de perspicácia para saber o que está conseguindo.

Diferente de chegarmos à conclusão que somos fracassados e não nascemos para esta carreira quando a estratégia der errado, temos de nos perguntar: "Quais são as outras estratégias que existem e qual irá funcionar melhor para mim?" E a partir disso, você desenvolve o sentido de perspicácia, que é a arte de aprender com os próprios erros.

Um exemplo disso é Thomas Edison com sua frase: "Eu não falhei. Apenas descobri dez mil maneiras que não funcionam". Sim, algo funcionará! :)

5. Continuar aprimorando até conseguir o que quer.

E por fim, seguindo os quatro primeiros fatores, fará com que você esteja condicionado ao mindset de crescimento, na melhoria e aprimoramento contínuo e não no mindset fixo, onde diz que você ou nasce para algo ou não.

E quanto mais você se aprimora e evolui, mais você expande sua missão através da sua carreira, conectando-a cada vez mais à sua essência, ao que você realmente ama e acredita e que te deixa realmente realizado.



2

METAS SMART



Metas SMART

Agora que você já conheceu os 5 fatores do sucesso definitivo, por onde começar? Tenha metas! É a meta que lhe direcionará para o seu objetivo. Sem ela você provavelmente pode estar perdido. E para que ela seja efetiva, deve ser SMART.

O método SMART é uma ferramenta criada por Peter Drucker, considerado o pai da administração moderna. SMART é um acrônimo com as iniciais das palavras:

- S pecif (Específico)
- M easurable (Mensurável)
- A chievable (Atingível)
- R ealistic (Realista)
- T ime-based (Baseado no Tempo)

Com base nisso, analisemos a meta abaixo:

~"Quero ter sucesso na minha carreira"~

Meta vaga e complexa para assimilar e definir estratégias não é mesmo? Essa definitivamente não seria uma meta SMART. Uma meta SMART seria:

"Quero me tornar um engenheiro elétrico, e para tal iniciarei uma faculdade à distância ou presencial pela Unicesumar em Novembro de 2018 ou Fevereiro de 2019, para que a partir de 2020 possa atuar na área."

Percebe a diferença? Na primeira meta saímos sem ações, com dúvidas e com alta complexidade, enquanto na segunda, o complexo se torna simples e saímos com várias ações para serem colocadas em prática em prol do desenvolvimento de sua carreira.



3

LIVRO DE REGRAS



Livro de Regras

Se você chegou até aqui, você é privilegiado, pois chegou na etapa "X" da questão para entender ainda melhor a fórmula definitiva do sucesso de Tony Robbins. Já passamos pelos 5 fatores determinantes para o sucesso e que para tudo precisamos de meta, e que ela seja SMART. E o que seria então o livro de regras? Vem com a gente!

Você deve estar se perguntando: que regras são essas, não é mesmo? Elas são originadas daquilo que temos de mais importante para nós, que são nossos valores, e os nossos valores são moldados daquilo que acreditamos. Por exemplo:

Acredito que a vida está cheia de oportunidades e que estou preparado para elas. Logo, que sentimento tenho com essa crença? De autoconfiança e preparação. E a partir disso, qual é a regra para que eu tenha autoconfiança e preparação? Pode ser: ensaiar antes da entrevista, fazer meu currículo, me matricular em algum curso/faculdade da Unicesumar, dentre outros.

E com base nisso, quando acredito em algo negativo ou não vivo a minha regra, logo sinto o valor oposto. Nesse caso de estar despreparado e sem autoconfiança. Faz sentido? :)



A partir desse entendimento, você poderá entender ainda melhor porque as vezes nos afastamos do que realmente queremos, inconscientemente.

Sabendo do que você sabe agora, o que você realmente quer alcançar? E se você ainda não conseguiu ou ainda não deu o primeiro passo, o que está impedindo você de realizá-los? Onde estão suas limitações? Isso é o que chamamos de autoconhecimento.

Estar em constante autoanálise para descobrir os seus gatilhos e assim a passar a ter ainda mais controle sobre sua vida, suas decisões, para que dê os passos certos desde já, rumo ao sucesso de sua carreira.

Opa, escapou um spoiler sobre gatilhos! Hehe. Quer saber mais sobre isso? Então vamos juntos para o próximo capítulo!



4

GATILHOS DIÁRIOS



Gatilhos Diários

Ter boas estratégias envolve bastante coisa não é mesmo? E é por isso que estamos aqui com você, para lhe auxiliar com as melhores estratégias possíveis. Respeitando e seguindo os 5 fatores da fórmula do sucesso definitivo, tendo metas SMART e buscando conhecer ainda mais seu livro de regras, como lidar com as emoções negativas, que me afastam dos meus objetivos?

Bom, como já sabemos e aprendemos em física: dois corpos não ocupam o mesmo espaço. Ou estamos nos aproximando dos valores importantes para nós ou nos afastando. E quando nos afastamos, nos aproximamos de valores opostos a este. Por exemplo:

Vamos imaginar o valor SAÚDE: toda vez que me alimento bem e me exercito, me aproximo dele, certo? Agora quando como frituras, tomo refrigerantes, me afasto dele e logo sinto o valor CULPA ou ARREPENDIMENTO, devido ter fugido do que você acredita e busca na saúde. Faz sentido? O gatilho é o pensamento que vem na sua cabeça antes de você tomar a decisão de comer algo não saudável.

Vamos contextualizar::

Vamos imaginar que seu pensamento que veio foi de: "Não conseguirei entregar o trabalho de conclusão de curso a tempo", logo você se sentiu ANSIOSO e ANGUSTIADO. E por consequência disso, resolveu comer algo que lhe satisfizesse para mudar seu padrão.

O que fazer? Tony Robbins fala que temos duas formas para sair dessa:

1. Mudar o pensamento (Que é bem desafiador)
OU

2. Mudar a fisiologia. (Mudar seu estado pelo movimento, pelo corpo)

Ou seja, nesse caso ao invés de comer a fritura e tomar o refrigerante você poderia simplesmente dar uma volta no quarteirão, suar e com isso liberar os mesmos hormônios, sem que isso ferisse seu VALOR SAÚDE.

A partir desse entendimento, é a prática e repetição diária que lhe garantirá esse novo hábito poderoso de perceber seus gatilhos diários para que você possa substituí-los com ações que lhe fortaleça e te coloque cada vez mais próximo do seu objetivo e da sua carreira dos sonhos.

Parabéns! Se você chegou até aqui, agora sim está preparado para ver a receita de sucesso. Preparado (a) ? ;)

Receita de Sucesso para a sua Carreira

Apostamos que você ficou curioso (a) pela receita não é mesmo? A verdade é que não existe uma receita de bolo pronta, mas sim uma coisa chamada "Sintaxe do Sucesso". De acordo com Tony Robbins, para que tenhamos as estratégias certas e assertivas para o nosso objetivo, temos que ter em mente uma receita de bolo.

O que precisa para fazer um bolo? Mais do que pegar todos ingredientes tudo junto e misturar, precisa-se de uma série de fatores:

1. Saber para quantas pessoas o bolo será servido (Objetivo) para comprar a quantidade certa de ingredientes.

2. Precisa comprar os ingredientes e ter os recipientes adequados para cada preparo. (Recursos para o seu objetivo)

3. Se misturar tudo junto, não dará certo não é mesmo? Então precisa saber da sequência e a quantidade para cada ingrediente. (Estratégias e Prioridades)

Se você chegou até aqui, ficamos realmente felizes, pois sabemos que você sairá com estratégias ainda melhores para a sua carreira e esperamos que você extraia o melhor do conteúdo desse ebook.

Se você gostou, fique atento que no dia 09 de outubro liberaremos nosso próximo e-book, no qual falaremos sobre os Mecanismos Acionadores do Sucesso. Interessante? Maiores informações abaixo.

Obrigado e nos vemos em breve! ;)

Contatos



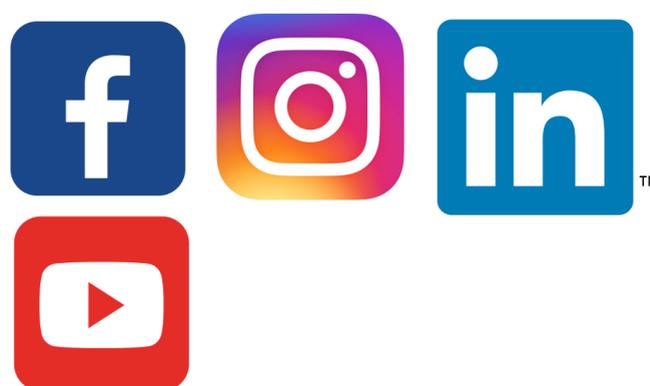
UniCesumar
EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA



Unicesumar Maringá
Tel: (44) 3027-6360



o valor da
experiência



O Valor da Experiência
Tel: (47) 99999-1041