



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

Leonardo Paes Xavier¹

RESUMO

Em que pese algumas pessoas enfrentem dificuldades muito maiores do que outras, somos senhores do nosso destino e temos o livre arbítrio para pensar e decidir como desejamos conduzir as nossas vidas, desde que tenhamos a plena consciência dos nossos atos, liberdade e saúde. Contudo, chegar a decisão mais assertiva, que elucide o melhor caminho a seguir é uma tarefa abstrusa, visto que, em um primeiro momento, é mister se autoconhecer, de modo a identificar de maneira lídima e sincera, as nossas virtudes e defeitos ante as adversidades da vida, bem como qual a mentalidade estamos utilizando para guiar a nossa trajetória: uma mentalidade resignada e conformada com as situações de acordo como elas estão predispostas ou uma mentalidade que procure defrontar as dificuldades, que busque o aprimoramento constante e a prosperidade? A segunda alternativa, abarca as características de uma mentalidade promissora e, inegavelmente, se apresenta como a mais interessante, produtiva e evolutiva. Assim sendo, com o fito de clarificar esses relevantes temas, a pesquisa que foi perquirida em referências bibliográficas alicerçadas em um referencial teórico, apresentará os dois tipos de modelos mentais, também chamados de mentalidade fixa e de crescimento; mostrará de forma didática e hialina a importância da transformação de mentalidade em prol de uma mentalidade promissora; elencará algumas formas de potencializar essa mentalidade; assim como demonstrará alguns dos seus conhecidos benefícios, o que ajudará sobremaneira o indivíduo a conquistar mais facilmente os seus objetivos e a ter uma vida mais feliz, harmoniosa, participativa e contemplativa.

Palavras-chave: Autoconhecer. Mentalidade. Transformação. Promissora.

¹ Técnico em Transações Imobiliárias pela UFRGS. Graduação em Processamento de Dados pela UCPEL e em Direito pela URCAMP. Especialização em Administração de Marketing pela UCPEL; em Direito Público: Constitucional, Administrativo e Tributário pela Estácio; em Direito Civil e Processual Civil pela Estácio; em Direito do Consumidor pela Verbo Jurídico, em Direito Imobiliário pela Unicesumar; em Direito Penal e Processo Penal pela Anhanguera/Uniderp; em Direito Constitucional Aplicado pela Legale; em Direito Empresarial pela Legale; em Direito de Família e Sucessões pela EBRADI/UNA. Mestrando em Administração pela Must University. E-mail: xavier_leonardo@outlook.com.

ABSTRACT

Despite the fact that some people face much greater difficulties than others, we are masters of our destiny and we have the free will to think and decide how we want to lead our lives, as long as we are fully aware of our actions, freedom and health. However, arriving at a more assertive decision, which clarifies the best path to follow, is an abstruse task, since, at first, it is necessary to know oneself, in order to identify, in a legitimate and sincere way, our virtues and defects in the face of the adversities of life, as well as what mentality are we using to guide our trajectory: a resigned mentality and conformed to situations according to how they are predisposed or a mentality that seeks to face difficulties, that seeks constant improvement and prosperity? The second alternative encompasses the characteristics of a promising mentality and, undeniably, presents itself as the most interesting, productive and evolutionary. Therefore, with the aim of clarifying these relevant themes, the research that was surveyed in bibliographical references based on a theoretical framework, will present the two types of mental models, also called fixed and growth mindset; it will show, in a didactic and hyaline way, the importance of changing mindsets in favor of a promising mindset; it will list some ways to enhance this mentality; as well as demonstrating some of its well-known benefits, which will greatly help the individual to achieve his goals more easily and to have a happier, more harmonious, participatory and contemplative life.

Keywords: Self-knowledge. Mentality. Transformation. Promising.

1. INTRODUÇÃO

Para aqueles que possuem liberdade, saúde física e mental, a vida apresenta duas formas distintas para conduzir a sua trajetória: aceitar as situações como elas estão predispostas, sem se arriscar ou ter coragem para tentar mudá-las, algo análogo a um auto boicote, provocado, principalmente, pela formação ao longo da vida de crenças limitantes e pelo respeito a padrões negativos preestabelecidos; ou de procurar enfrentar as adversidades de maneira proativa, buscando o desenvolvimento contínuo, de modo a tentar alterar o que está disforme, com o relevante fito de propiciar o crescimento pessoal, social, familiar, do planeta, dentre tantos outros.

A alternativa do desenvolvimento parece ser a mais estimulante e produtiva, visto que é notório que um dos principais motivos da nossa passagem pela Terra é o de evoluir. Todavia, embora transpareça hialino o melhor modelo a seguir, a tarefa de tomar as rédeas do próprio destino não é das mais singelas, visto que, primeiramente, é mister se autoconhecer a ponto de

ter condições de identificar de maneira lúdica e sincera, em qual mentalidade se está operando, isto é, se as características pessoais dominantes se aproximam mais da mentalidade que se contenta com a inação, ou se estão mais contíguas com aquela que perfaz a necessidade de desenvolvimento.

Ademais, independentemente da mentalidade identificada, é importante deixar bem claro que sempre é possível melhorar, transcender, basta querer e explorar as ferramentas adequadas para que se alcancem os seus objetivos e para que se tenha uma vida mais feliz, produtiva, esteada em propósitos salutareis e benfazejos, assim como é de suma importância ter em mente, que nunca é tarde para iniciar esse processo evolutivo em prol de uma mentalidade mais promissora.

Com esse entendimento, consoante a essas relevantes preocupações, o estudo propiciará uma apreensão didática sobre os dois modelos mentais mencionados alhures, conhecidos como mentalidade fixa e de crescimento; enfocará a importância de desenvolver uma mentalidade mais promissora; elencará profícuas formas para potencializar o desenvolvimento dessa mentalidade; bem como apresentará alguns dos seus reconhecidos benefícios, o que foi consubstanciado em referências bibliográficas alicerçadas em um referencial teórico.

2. MODELO MENTAL

Quando desejamos elaborar um documento é normal recorrermos a um modelo para estruturar e guiar a nossa escrita; quando vamos comprar alguma roupa em sites da internet, buscamos ver como a roupa veste os modelos que são utilizados como manequins virtuais; quando pensamos em adquirir um carro, um dos primeiros passos é identificar qual modelo apresenta as características desejadas ou possíveis de serem obtidas. Nessa esteira, modelo é

uma fonte de inspiração, de esclarecimento, algo ou alguém a ser seguido, procurado, admirado e, por vezes, até mesmo desprezado ou reprovado.

Assim sendo, o modelo mental, também conhecido por *mindset*, mapa mental ou mentalidade, de certa maneira segue os parâmetros descritos, uma vez que pode ser entendido como um acúmulo contínuo de modelos, padrões, crenças e valores no subconsciente dos indivíduos, que ocorre desde o nascimento e que tende a moldar a forma como as pessoas percebem o mundo:

Desde quando nascemos, nossa mente começa a ser configurada com base em todas as informações que ela recebe do mundo. As influências externas misturam-se com os nossos pensamentos criando dentro de nós um reflexo do mundo, formando a nossa mentalidade (Ferreira, 2019, p. 9).

Essa mentalidade pode ser de dois tipos: fixa e de crescimento. As pessoas com mentalidade fixa tendem a acreditar que todos já nascem com os seus talentos, não creem na evolução, aceitam as coisas como elas são, estão resignadas em acreditar que o esforço não vale a pena, visto que assentem que a inteligência e demais aptidões não podem ser desenvolvidas. Além de que, comumente, são seres pessimistas e conformados com o cenário onde estão inseridos:

Poderíamos usar a seguinte metáfora para descrever pessoas com Mindset Fixo: elas sempre jogam na defesa. É como se existisse uma linha invisível que limita o seu crescimento. É a linha do meio campo que diz: deste ponto, não ultrapasse. Não vale o risco, defenda-se! (Ferreira, 2019, p. 21).

Já os indivíduos que possuem a mentalidade de crescimento, como o próprio nome condiciona, entendem que um dos principais sentidos da vida encontra guarida na busca constante pelo conhecimento e no caminhar contínuo em direção ao aprimoramento. Também são otimistas, acreditam no trabalho, no mérito e creem fielmente que podem mudar; melhorar,

que a vida é um aprendizado e que os desafios e dificuldades, são na verdade, importantes oportunidades para prosperar:

[...] à medida que você começa a compreender os mindsets fixo e de crescimento, passa a ver exatamente como uma coisa leva a outra — como a crença de que suas qualidades são imutáveis gera diferentes pensamentos e atos, e como a crença de que suas qualidades são suscetíveis de serem cultivadas gera diferentes pensamentos e atos, guiando-o por um caminho completamente distinto (Dweck, 2017, p. 14).

Ademais, não é possível olvidar que embora as pessoas tenham maior aptidão para um dos tipos de modelo mental, é plenamente natural que em determinados momentos ou em alguns assuntos, aflorem ações arraigadas em um modelo mental diverso do dominante, visto que é muito difícil permanecer em todas as situações da vida com a mesma mentalidade, assim como é plenamente possível, migrar de um mapa mental para outro, por exemplo: do modelo fixo para o de crescimento. “O nosso mindset nada mais é do que as nossas crenças, as nossas verdades. São crenças poderosas, mas que você pode mudá-las, atualizá-las”, (Samartin, 2021, p. 8).

Depois de melhor compreender as características das pessoas que possuem um modelo mental fixo e de crescimento, é bem provável que erija a dúvida sobre qual mentalidade normalmente apresentamos? De que forma estamos encarando a vida e as suas iminentes adversidades? Afinal, estamos agindo ou, quiçá, deixando de agir, esteados em qual mapa mental?

Identificar o modelo mental que estamos operando, é tarefa intrincada, haja vista que na grande maioria das vezes é mister realizar uma introspecção, uma investigação interna *corporis* em prol do autoconhecimento; da identificação do modo como vemos o mundo e de como nos portamos nele. Em que pese, essa missão seja de fato abstrusa, ela é plenamente possível, uma

vez que existem hodiernos e profícuos testes que conduzem a essa resposta, bem como há uma relevante e variada gama literária, que aborda o tema e que elenca com propriedade as características de cada mapa mental.

Assim, de porte dessas características, é possível realizar uma autoanálise ou até mesmo solicitar o apoio de terceiros confiáveis, de modo que eles esclareçam como nos portamos frente a determinadas situações, como somos vistos pelos demais, mormente, em situações de dificuldade. “Para entender em qual mindset nos encaixamos, é fundamental observar reação e comportamento frente a dois conceitos muito presentes no dia a dia: o esforço e o fracasso”, (FIA, 2019, n.p.).

Sem embargo, para o sucesso dessa busca interior, em prol de se autoconhecer e de identificar com clareza em qual mapa mental estamos operando, é imperioso que a pedra fundante de todo o procedimento seja a sinceridade, uma vez que um *feedback* mendaz, mentiroso, pode até agradar no momento, mas não ajudará o ser humano a se autoconhecer plenamente, tampouco auxiliará o processo evolutivo.

3. COMO POTENCIALIZAR O DESENVOLVIMENTO DE UMA MENTALIDADE MAIS PROMISSORA?

O primeiro passo é entender que o mundo muda incessantemente, que o globo nunca para de se movimentar e, esse movimento promove vicissitudes; novas abordagens; readequações profissionais; a premência de aprender ou desenvolver habilidades; dentre tantas outras idiossincrasias, em que todas convergem em direção a um mesmo rumo: a necessidade de progressão contínua, de lutar para se manter vivo no mercado de trabalho, de prestar a devida assistência aos familiares e de alguma forma contribuir com a sociedade, com o ambiente, com o planeta.

Também é mister e fundamental, tentar se autoconhecer, saber quem realmente é, uma análise desvelada, lídima e sincera, que facilitará a identificação das suas hodiernas limitações, do seu atual mapa mental e do seu real potencial. Ademais, esse processo auxiliará a entender que somos seres ilimitados, que podemos fazer boa parte das atividades que muitos tentaram colocar em nossas mentes, por vezes até sem maldade, de que somos imperitos para realizá-las.

A frase “conhece-te a ti mesmo”, que foi colocada no Templo de Apolo, em Delfos, varou os séculos com a finalidade de alertar os homens para a necessidade do autoconhecimento. Os filósofos gregos acreditavam que o objetivo mais elevado do ser humano era conhecer a si próprio. Era saber a sua origem, quem ele era e qual a sua destinação futura, pois a vida somente teria uma razão de ser quando bem examinada e bem conhecida (Camargo, 2018, p. 19).

Outra forma pertinente para potencializar uma mentalidade mais promissora, é a de encarar as descrenças pessoais e as rotulagens negativas de terceiros, como uma fonte incomensurável de motivação, com o fito de se desenvolver constantemente até conseguir ultrapassar as dificuldades e preconceitos.

Nossas crenças ou mentalidade de que a realidade nos impôs tantos obstáculos precisam ser mudadas. Primeiro, precisamos entender que somos capazes de exceder nossos limites enquanto nos aperfeiçoamos na busca de nossos objetivos ou antes de começarmos a persegui-los. Então, seremos capazes de conquistar nossas crenças autolimitantes e derrotar quaisquer obstáculos em nossas vidas (Anderson, 2020, p. 55).

Dessa forma, as críticas repulsivas, que em regra são pouco ou nada construtivas, devem ser interpretadas como um desafio, como uma meta pessoal a ser adimplida, por exemplo: se uma pessoa te diz que você nunca vai conseguir falar em público, isso deve disparar um gatilho

de que você vai trabalhar arduamente até conseguir falar em público, elidindo a rotulagem de maneira proativa.

Por outro lado, em que pese devemos ter em mente que temos totais condições de realizar, eficazmente, muitas atividades que ainda não realizamos, é importante que os passos iniciais sejam menores e mais realistas, para evitar frustrações e recaídas no processo de desenvolvimento. Assim, *verbi gratia*, se você nunca praticou uma atividade física, seria inapropriado lançar o desafio de correr quinze quilômetros no final de um mês, visto que é uma meta quase impossível de ser alcançada, principalmente para quem estava em estado de inação. Logo, quiçá, seria mais apropriado elencar o objetivo de correr 15 minutos diários ao final de um mês e, ulteriormente, aumentar esse índice de forma gradativa (Vasconcellos, 2022, n.p.).

Além disso, existem muitas formas e técnicas que podem auxiliar o processo de crescimento de uma mentalidade promissora, tais como buscar utilizar a lei da atração; evitar a vitimização e de colocar a culpa das falhas sempre nos outros; enfrentar as mudanças; ter resiliência e, portanto, não abandonar o navio ao primeiro problema; entender o fracasso como forma de aprendizado; praticar a caridade; se familiarizar de forma a implementar as técnicas de Programação Neuro Linguística (PNL); fazer uso da neurociência; ter uma fé inabalável e, mormente, fazer de tudo para tentar frutificar em todas as áreas, porque o sucesso e desenvolvimento pleno, estão diretamente ligados a uma base forte, que contemple religiosidade, família, lazer, estudo, bem como o campo profissional.

Para que nós sejamos “ramos frutíferos”, precisamos ouvir e guardar bem as Palavras da Verdadeira Videira: “Todo ramo que, estando em mim, não der fruto, ele o corta; e todo o que dá fruto limpa, para que produza mais fruto ainda” (Jo 15,2). Para que mais uvas cresçam, o Senhor poda os ramos, removendo os rebentos inúteis e tudo o que poderia desviar a força vital da produção (Mendonça, 2012, n.p.).

4. BENEFÍCIOS GERADOS PELA TRANSFORMAÇÃO POSITIVA DE MENTALIDADE

A transformação positiva de mentalidade propicia benefícios incomensuráveis, visto que ela apresenta a pessoa para a sociedade e para o mundo, ejeta o indivíduo da poltrona, some com a moita onde ele estava reiteradamente escondido. Com essa transformação, inerentemente, o indivíduo passará a ser parte pulsante das experiências e dos processos, o que aumentará sobremaneira as suas interações e relações sociais, vez que, na maioria dos casos, passará a ser percebido como um exemplo positivo e proativo, como uma pessoa que tem propósitos, objetivos e que luta para alcançá-los.

A autotransformação é o processo de retomada da própria vida a partir do referencial do Self, dispondo-se o indivíduo a atuar nela com o conhecimento de si mesmo e com a descoberta e utilização adequada dos próprios potenciais interiores. É um processo de relação com o mundo e que deve ser feito na convivência social, no contato com o que se lhe opõe, internalizando as experiências (Novaes, 2017, p. 87).

Outra benesse a ser considerada e que em parte já foi mencionada alhures, é a questão de ajudar o próximo como forma de potencializar a prosperidade de uma mentalidade exponencial, visto que o auxílio indistinto e sem a pretensão de receber algo em troca, em muitas vezes, proporciona o aflorar de benefícios inesperados, vez que a lei do retorno tende a te recompensar, bem como, muitos daqueles que te desprezavam ou até odiavam, passam a te ajudar, a torcer por você, algo como um passe de mágica ou uma estória encantada. “À medida que se torna uma pessoa de mindset de crescimento, ficará admirado ao ver como os demais começam a ajudá-lo e apoiá-lo. Já não parecem ser adversários, dispostos a negar o que você merece”, (Dweck, 2017, p. 189).

Outra vantagem da mentalidade promissora é a maior aceitação e abertura a mudanças, assim como o encorajamento para enfrentar desafios, visto que os erros e as falhas passam a ser interpretados como experiências de aprendizado, o que mitiga o receio de participar dos processos de mudança e de enfrentar os naturais reveses, em virtude dessas situações não serem mais encaradas como episódios de desconforto e sim como oportunidades de crescimento. “As pessoas com mentalidade progressiva acreditam que seus dons e determinadas capacidades podem ser desenvolvidos. Geralmente, quem tem mentalidade progressiva transforma desafios (dificuldades ou problemas) em oportunidades”, (Grinberg, 2018, p. 6).

Ademais, é relevante mencionar que a transformação em prol de uma mentalidade mais promissora, faz com que o ser humano transcenda, visto que ele buscará de modo persistente o conhecimento, procurará se tornar uma pessoa melhor, um profissional mais capacitado, dentre tantas outras auspiciosas vantagens que contribuirão para a evolução do indivíduo. “É uma questão de compreendermos que somos responsáveis pelos nossos pressupostos e atitudes. E, quando aceitamos que todo o nosso potencial está inteiramente sob o nosso controle (*sic*), o poder desse potencial cresce drasticamente”, (Kwik, 2020, p. 85).

Afinal, evoluir, educar, ajudar o próximo, assistir os pais e os filhos, comprometer-se com o trabalho, são algumas das estruturas que propendem a sustentar uma vida mais próspera, significativa e altruísta, de modo que um dos seus principais desideratos seja, de fato, o de superar de maneira responsável e resiliente as adversidades e os seus próprios limites, o que colaborará com o desenvolvimento pessoal, social, familiar, do ambiente, bem como propiciará a consequente iluminação e irradiação de uma expressiva energia positiva para o universo.

[...] depois de vencidas as barreiras dos processos anteriores e feitas as conquistas necessárias, devemos buscar o estado permanente de paz e harmonia interior e exterior. Isso ocorre quando, além de descobrirmos o sentido da vida, vamos a busca de novos e maiores objetivos. Nesse estado, o indivíduo consegue

ser feliz como é, visto que se percebe ainda em processo de constante evolução (Novaes, 2017, p. 101).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em que pese, na vida muitos enfrentem mais dificuldades do que outros, somos senhores do nosso destino e temos o livre arbítrio para pensar e decidir como desejamos conduzir as nossas vidas, desde que tenhamos liberdade, saúde física e mental. Uma dessas decisões esbarra em qual *mindset* vamos operar: fixo ou de crescimento? Se o desígnio é o de se manter inerte, aceitando as situações como elas estão predispostas ou se o ideal é enfrentar as adversidades de modo a caminhar para o aprendizado e para o aprimoramento?

A segunda opção, além de transparecer ser a mais coerente é, sem qualquer sombra de dúvida, a mais fascinante e produtiva, afinal é necessário entender que um dos primaciais propósitos de nossa passagem pela Terra é o de evoluir continuamente, objetivo que deve alcançar os mais variados ramos: social, familiar, educacional, assistencial, laboral...

Ademais, a busca por uma mentalidade promissora, proporciona o aflorar de benesses inimagináveis, além de contribuir com a prosperidade, de harmonizar os relacionamentos, de propiciar um defrontar proativo e resiliente aos iminentes reveses da vida, bem como o de servir de inspiração para a grande maioria daqueles que nos rodeiam, mormente, filhos, familiares, amigos e colegas.

Com esse cenário, resta cediço a importância e o benefícios da busca pela implementação de uma mentalidade promissora, visto que assim a vida propende a ter mais sentido, a ter propósitos, bem como haverá uma ressignificação de modelos, padrões, crenças e modo de pensar.

Dessa maneira, o ser humano terá à sua frente, uma real e relevante oportunidade de ser uma parte pulsante e contagiante da sociedade, desde que opte por uma contemporânea e salutar forma de ver e viver a sua trajetória, que seja esteada em uma hodierna matriz axiológica, voltada para o sucessivo desenvolvimento pessoal e do universo. Você já iniciou esse processo? Quem sabe é chegada a hora de experimentar? Essa decisão só cabe a você! Boa sorte...

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anderson, S. (2020). *Mente Blindada: 12 Simples Estratégias Para Reprogramar O Seu Cérebro Para Criar Uma Mentalidade Positiva e Uma Vida Cheia De Resultados* [livro eletrônico]. Rio de Janeiro: Kindle.
- Camargo, J. de (2018). *Educação dos sentimentos*. 8 ed. Porto Alegre: Francisco Spinelli.
- Dweck, C. S. (2017). *Mindset: a nova psicologia do sucesso*. 1 ed. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Grinberg, J. (2018). *Coaching: mude seu mindset para o sucesso*. São Paulo, SP: Literare Books International.
- Fia (2019). *Mindset: O que é, tipos e como desenvolver o seu*. Disponível em <https://fia.com.br/blog/mindset/>. Acesso em 01 dez. 2022.
- Ferreira, G. C. (2019). *Mindset de mudança: como conduzir mudanças significativas na vida*. Guarulhos, SP. Edição Independente.
- Kwik, J. (2020). *Sem limites* [livro eletrônico]. Alfragide – Portugal: Lua de papel.
- Mendonça, B. (2012). *Permanecer em Jesus é essencial para viver e frutificar*. Disponível em <https://homilia.cancaonova.com/pb/homilia/permanecer-em-jesus-e-essencial-para-viver-e-frutificar/>. Acesso em 02 dez. 2022.
- Novaes, A. (2017). *Psicologia e espiritualidade*. Salvador: Fundação Lar Harmonia.
- Samartin, C. (professora do ebook). (2021). *O que é mindset ou modelo mental?* [e-book] Flórida: Must University.

Vasconcellos, C. (2022). *6 exercícios para fortalecer a sua mente*. Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=lXj9o0ZLMrc>. Acesso em 02 dez. 2022.