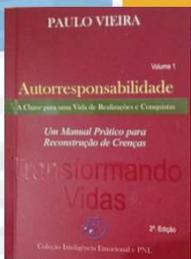


Autorresponsabilidade
Autor: Paulo Vieira



O que é sucesso?

Rir muito e com frequência; ganhar o respeito das pessoas inteligentes e o afeto das crianças; merecer a consideração de críticos honestos e suportar a traição de falsos; apreciar a beleza; encontrar o melhor nos outros; deixar o mundo um pouco melhor; seja uma saudável criança; um canteiro de jardim; ou uma redimida condição social; saber ao menos uma vida respirou mais fácil porque você viveu.

Isto é ter sucesso!

Ralph Waldo Emerson

A História de Sísifo

- Vídeo:
- <https://www.youtube.com/watch?v=Sn-OQMG9aKY>

Vídeo As mentiras das redes sociais

- <https://www.youtube.com/watch?v=ovCrmhz0x3k>

“A verdadeira felicidade não está em fazer o que deseja, mas em amar o que realizou.”

Sir Winston Churchill

“E ao final vão lhe perguntar:
O que você fez da sua vida?
E você? O que vai responder? Nada?”

Tche Know

Identificando o seu estado atual

Exercício 1 - Pare agora durante alguns minutos e de olhos fechados, reflita com sinceridade sobre a sua existência, sobre suas facilidades e dificuldades. Reflita sobre quem você tem sido e responda as perguntas:

Como esta a sua vida?

Como estão os seus sonhos?

Você tem sido próspero ou limitado, realizado ou frustrado?

E ainda mais, como será seu futuro se continuar a viver como tem vivido?



É importante você saber que todas as nossas mudanças e conquistas se iniciam após assimilarmos e passarmos a viver de acordo com este conceito: **Autorresponsabilidade.**



Exercício 2)

Você deve responder as perguntas e anotar em seu caderno. Com muito empenho, sinceridade e humildade. São elas:

- 1) SER: QUEM É VOCÊ? Escreva sobre seus sonhos, projetos, medo, ansiedades, preocupações.
- 2) FAZER: O QUE VOCÊ TEM FEITO? Onde tem trabalhado e fazendo o que? Que cursos tem feito? Qual atividade física tem praticado? O que você tem fazendo em prol de você, da sua família, e do mundo? Você se sente feliz com a vida que tem levado todos os dias?
- 3) TER: O que você têm (possui) no contexto material? Onde mora? Que carro/moto possui? Quais roupas que veste? Possui poupança? Quais são os bens que você possui?



O que eu devo fazer diferente, para que dá próxima vez os resultados sejam melhores?



“Aquele que for capaz de perder uma corrida sem culpar os outros pela sua derrota tem grande possibilidade de algum dia ser bem-sucedido.”

Napoleon Hill



Ser autorresponsável é ter certeza absoluta de que você é o único responsável pela vida que tem levado. Consequentemente, é o único que pode mudá-la.



Exercício 3)

Escreva no seu caderno uma visão extraordinária da sua vida. Escreva sobre a vida que você sempre sonhou. Sem limites para sonhar! Escreva o que gostaria de ser, fazer e ter. Escreva seus sonhos mais fantásticos sem crítica ou julgamento da impossibilidade. Apenas escreva a visão da sua vida extraordinária.

Vocabulário Emocional

Nelson Mandela

- <https://www.youtube.com/watch?v=AgL3q2gCwEY>

Uma grande ideia oriunda de profunda reflexão sem uma ação para colocá-la em prática é o mesmo que frustração.

O que é frustração?

“Posso responsabilizá-los pelas suas atitudes, porém eu sou o único responsável pelos meus sentimentos.”

Cérebro

RAZÃO X EMOÇÃO

“Penso 99 vezes e nada descubro. Deixo de pensar, mergulho no silêncio e a verdade me é revelada (...) Precisamos tomar cuidado para não fazer de nosso intelecto o nosso deus. Ele tem músculos poderosos, mas não tem nenhuma personalidade (...) Realidade é meramente uma ilusão, embora bastante persistente (...)

A imaginação é mais importante do que o conhecimento (...) Uma pessoa só começa a viver quando consegue viver fora de si mesma.”

Albert Einstein



“Na tempestade
O pessimista reclama do vento,
O otimista espera a tormenta passar e
O autorresponsável ajusta as velas.”

Autor desconhecido.



Para prosperarem, terão que parar de odiar o mundo, como se ele fosse o alçoz de suas vidas, terão de parar de se tratar como vítimas e eliminar a atitude de autocomiseração.

O que é autocomiseração?



“Desta feita, eu decidi mudar a minha vida e para que isso aconteça sei que não poderei mudar a ninguém que não seja eu mesmo. Está é a única maneira de colher mudanças positivas a longo prazo. Eu consegui o maior desafio do mundo. Eu mudei a mim mesmo e hoje sou responsável pela minha vida e destino.”



Os autorresponsáveis agem de forma ativa, eles vivem em primeira pessoa. São eternos aprendizes.



Nós podemos e devemos criar a realidade do mundo que nos rodeia. Isto também é autorresponsabilidade.



Se não justificasse tanto, se não reclamasse tanto, se não esperasse tanto dos outros, tudo seria diferente na vida dessa pessoa.



Como poderás dizer ao teu irmão: irmão, deixa-me tirar o cisco que está no teu olho não atentando tu mesmo na trave que esta no teu olho? Hipócrita, tira primeiro a trave do teu olho e então verás bem o cisco que está no olho de teu irmão.

Lucas 6:42



Dois pressupostos da Programação Neurolinguística:

Pressuposto 1: Todos temos os recursos que necessitamos para prosperar e ser felizes.

Pressuposto 2: Se alguém pode, você também pode.



As 06 leis para a conquista da autorresponsabilidade

- Lei nº 1 - Se é para criticar (os outros), cale-se.
- Lei nº 2 - Se é para reclamar, dê sugestão.
- Lei nº 3 - Se é para buscar culpados, busque soluções.
- Lei nº 4 - Se é para se fazer de vítima, faça-se de vencedor.
- Lei nº 5 - Se é para justificar seus erros, aprenda com eles.
- Lei nº 6 - Se é para julgar as pessoas, julgue suas atitudes.



Responsabilize-se por sua vida aceite o desafio de usar sabiamente o livre arbítrio que Deus lhe deu e vá em frente. Sua vida e realizações esperam por você.



Roda da Vida



“Loucura é continuar fazendo a mesma coisa e esperar resultados diferentes.”
“Não existem erros, apenas resultados.”



Nunca lhe deram oportunidade? Mas você já pensou em criá-las por si próprio?

Napoleon Hill



“Sábio é o homem que chega a ter consciência da sua ignorância.”

Barão de Itararé



- Ah se eu tivesse tido oportunidade...
- Infelizmente a sorte não me sorriu.



Como usar as 06 leis da autorresponsabilidade

Com um pouco de esforço racional e disciplina você pode mudar tais hábitos, você pode imprimir e colocar no espelho, no retrovisor do carro, na tela do computador, na moldura na parede do escritório, e em todos lugares de fácil acesso pra você e que o mantenham atento as 06 leis.
Em uma semana mudará a sua vida!



Como é frustrante a vida das pessoas que não são capazes de construir suas oportunidades, como são frágeis profissionalmente aqueles que se colocam à mercê do mundo, na fila de espera de uma oportunidade.

Paulo Vieira



Estudos cada vez mais frequentes atestam que quanto mais a pessoa se sente responsável pela vida que tem levado, mais realizada e plena ela é. Traga a autorresponsabilidade não apenas como uma filosofia de vida e sim como uma crença forte e arraigada na sua mente, palavras e atitudes.




Mudando minha existência sem mudar as pessoas.

Antes de tentar mudar alguém devo mudar a mim mesmo. Se não consigo mudar a mim, porque conseguiria mudar outras pessoas?




“Quando sou tentado a criticar, mordo a língua: quando sou levado a elogiar grito alto dos telhados.”

C.G. Mandino




Confrontando a si e aos outros com a verdade

- Jesus Cristo é a inspiração para Paulo Vieira, por ser o Mestre dos Mestres.
- Altamente autorresponsável: ele não criticava, não reclamava, não buscava culpados, não se fazia de vítima, entretanto ele confrontava as pessoas e as situações com a verdade.
- A verdade vós libertará!




“Não permita que o que você não pode fazer interfira no que você pode fazer.”

Jonh Wooden




ATIVIDADE 4)

- Dividam-se em grupos e leiam e discutam sobre os textos e abriremos para uma conversa sobre os textos:
- Caso Real 1
- Caso Real 2
- Caso Real 3
- Texto 4 “Trabalhar com alegria”
- Texto 5 “Os Outros”
- Texto 6 “Para sentir e refletir”




Termo de compromisso

Eu, _____, declaro para todos e devidos fins ligados ao meu sucesso e felicidade que me comprometo a ser autorresponsável com as seguintes características: _____ e para isso usarei fielmente as seis leis da autorresponsabilidade que são:

Lei nº 1 - Se é para criticar (os outros), cale-se.
Lei nº 2 - Se é para reclamar, dê sugestão.
Lei nº 3 - Se é para buscar culpados, busque soluções.
Lei nº 4 - Se é para se fazer de vítima, faça-se de vencedor.
Lei nº 5 - Se é para justificar seus erros, aprenda com eles.
Lei nº 6 - Se é para julgar as pessoas, julgue suas atitudes.
Desta maneira colherei grandes resultados e mudanças na minha vida profissional e pessoal.

Assinatura _____
Data: ____/____/____



Para finalizar:

- <https://www.youtube.com/watch?v=ZK0ud-u7ECQ>

