

Comece o ano com Pé Direito

📅 4 de janeiro de 2017 🧑 Ray Santos

Por José Roberto Marques, Master Coach e Presidente do IBC

“Entrar com o pé direito” é um ditado popular que significa começar bem algo ou alguma coisa, entrar bem. Para algumas pessoas, não apenas um ditado, uma expressão, mas um ritual, uma superstição utilizada para dar sorte em jogos, em palestras, grandes apresentações.

Então, por que não começar o ano de 2017 com o pé direito?

Comece avaliando o seu ano de 2016

Para começar bem um novo ano, é importante avaliar o que já foi feito, os resultados que já foram atingidos, os erros cometidos, as vitórias conquistadas e o que precisa ser modificado para que os planos e sonhos, que foram colocados em prática e abandonados no meio do caminho, possam então ser findados.

Todo início de ano é o momento ideal para o balanço pessoal, para compreender qual a sua missão de vida, se ela tem se desviado muito do percurso, qual a visão tem tido sobre ela e quais seus reais valores.

Ao ponderar sobre o ano que se encerrou, combata o negativismo que carrega em cada derrota e a cada decepção. Tenha-as como impulsos para sua evolução contínua. Adote a visão de que cada uma foi um aprendizado para o seu aperfeiçoamento e não remoa de forma amargurada nenhuma delas.

Conheça a sua realidade

Quando você conhece seus erros e seus acertos começa a ter uma visão sistêmica de sua realidade podendo criar planos de ação para cada ítem de sua vida: carreira profissional, finanças, família, vida amorosa, saúde e quais quer outros aspectos que desejar.

Não desista de seus objetivos e metas. Mesmo que mudem, altere seu planejamento e não recue diante de qualquer dificuldade. O ponto em que você desiste, muitas vezes estava muito próximo do alcance do seu objetivo. Basta um pouco mais de foco e persistência.

Valorize as virtudes essenciais do Ser Humano

Comece o ano valorizando as forças e virtudes do ser humano. Esses pontos poderão seguir como guia para o desenvolvimento contínuo de você como ser, e da valorização das pessoas que estão a sua volta.

As virtudes essenciais são capacidades naturais que despertam o interesse nas pessoas de fazer o bem ou a agir em prol do bem-estar de outra pessoa, legitimamente, e sem a necessidade de receber alguma coisa em troca como uma recompensa financeira.

Esse tipo de comportamento gera ações positivas que são essenciais para o fortalecimento das virtudes dos indivíduos, uma vez que alimentam o sentimento de reciprocidade. Uma pessoa ao reafirmar as suas forças pessoais, os sentimentos positivos tornam-se ainda mais gratificantes e significativos.

Conheça a seguir, 24 forças agrupadas em 6 virtudes principais:

Sabedoria e conhecimento

- Criatividade; - Critério; - Curiosidade;
- Amor ao aprendizado; - Perspectiva.

Coragem

- Bravura; - Perseverança; - Integridade; - Vitalidade.

Virtudes Humanitárias

- Amor; - Generosidade; - Inteligência social.

Virtudes de Justiça

- Trabalho em equipe; - Equidade / Justiça; - Liderança.

Virtudes de Temperança

- Perdão; - Humildade; - Prudência; - Autocontrole.

Virtudes de Transcendência

- Apreciação da beleza - Gratidão; - Esperança; - Espiritualidade; - Humor.

Esse é o momento de planejar

Este é o seu momento de planejar os próximos 12 meses. Quais são seus planos? Após avaliar o ano que passou, conhecer sua realidade e as virtudes do Ser Humano. Planeje seu ano de 2017 como se fosse o ano de sua vida.