



Planejamento e autoconhecimento para atingir o sucesso

Para alguns, sucesso significa êxito, reconhecimento, estabilidade financeira, bons relacionamentos e saúde. Não existe uma definição única de sucesso, mas como atingir o sucesso? Segundo a Exame/Carreiras “sucesso pede autoconhecimento”, segundo Robert Kaplan professor de Harvard, “o sucesso depende de um processo corajoso de conhecimento pessoal”. Como psicóloga, acredito que o conhecimento de si e inteligência emocional é um processo transformador que permite conhecer e trabalhar conflitos, resistências e potencialização das pessoas e desta forma seu desenvolvimento. Para ter sucesso precisamos também de metas coerentes, e sustentar a motivação subdividindo a meta em pequenas metas através de ações e comportamentos diários. Meta exige ponto de controle, então o “planejamento e estratégias” são fundamentais para atingir as metas, mas precisamos de foco, responsabilidade, posicionamento, vontade, disciplina, conhecimento, engajamento etc. Como vimos, o autoconhecimento e inteligência emocional, bem como as metas e planejamento/estratégias - uma vez que estas nos fornecem direção, são muito importantes para atingir o sucesso, mas a arma imprescindível para atingir o sucesso na minha opinião é “batalhar”.

Existem pessoas que tem talento e não vão para nenhum lugar, então conheça a si mesmo, inspire-se, batalhe e trace o seu caminho para o sucesso!

Claudete Kunst
Psicóloga Especialista
CRP 07/27438

para ver outros conteúdos.
