



Você pode fazer parte da mudança

Convite à reflexão, para planejamento de 2015



Pesquisa que avalia o IDH (Índice de Desenvolvimento Humano) aponta que os Países que ocupam as primeiras posições no ranking mundial, são: Noruega (0,944); Austrália, (0,933); Suíça (0,917); Países Baixos (0,915); Estados Unidos (0,914); Alemanha (0,911); Nova Zelândia (0,910); Canadá (0,902). O Brasil se encontra na 79ª posição.

Ao analisarmos a lista, poderemos perceber que Grande parte dos Países que se encontram nas primeiras posições do ranking deste levantamento, são aqueles reconhecidos pela comunidade mundial, como nações que primam pelo planejamento e que possuem políticas éticas e transparentes de gestão, sendo que o respeito às leis é um fator preponderante de cumprimento.

Pelas informações que nos chegam diariamente, através dos veículos de comunicação da mídia brasileira, tal condição parece estar distante das práticas de algumas lideranças e segmentos em nosso País. Apesar de sermos reconhecidos em muitos segmentos produtivos, pela criatividade e flexibilidade, temos sofrido por outro lado, com as graves consequências geradas pela falta ou conduta deficiente de planejamento, transparência na comunicação e nas atitudes.

Desta forma, se nós brasileiros, estivéssemos atentos à sabedoria popular, que pode ser identificada através de velhos ditados, como: *“Para toda reação existe uma reação”* e *“A verdade sempre aparece”*, poderíamos concluir que somente a criatividade e flexibilidade não bastam para gerar crescimento sólido e sustentável. Portanto, o que devemos fazer?



Creio que seria interessante, que todos analisassem os acontecimentos, realizassem uma íntima e sincera reflexão e se possível, a partir delas, adotar algumas práticas, como:

- 1) **Identificar quais são as principais fontes estressoras** que ocorrem no dia-a-dia;



2) **Criar estratégias e metas para sanar ou pelo menos amenizar estes estressores**, nos próximos anos. Nesta tarefa é indispensável traçar o que fazer, como fazer e quando fazer (datas e prazos)

3) **Criar ferramentas de avaliação para monitorar as metas e objetivos**, com intuito de verificar, se estão sendo atingidos ou não. Caso não estejam sendo alcançados, a ação de registro e monitoramento, auxiliará identificar as variáveis que precisam ser realinhadas e aprimoradas.

4) **Cuidar do ambiente coletivo, em que está inserido.** *Obs: Os recursos naturais estão sendo esgotados, basta ver a questão da crise hídrica. Pequenas atitudes podem fazer a diferença em que todos ganham, que vão desde não jogar ou deixar lixo nos espaços públicos, até a economia de recursos, como administrar o consumo de energia elétrica e água.*

5) **Tentar se desvencilhar de hábitos e crenças que reforçam condutas disfuncionais.**

Obs: Durante a realização deste processo, talvez algumas pessoas irão “esbarrar” em alguns hábitos e crenças disfuncionais. Recursos estes que, de acordo a percepção do sujeito, podem viabilizar caminhos “aparentemente” mais fáceis e cômodos. Contudo, se não há conduta de planejamento e monitoramento por detrás, há o risco eminente do surgimento de consequências não previstas que podem acarretar prejuízos, perda de tempo, aumento de estresse, e sentimento de frustração, instabilidade e baixa autoestima. O que nos remete a pensar que, nós brasileiros, precisamos aprender a conciliar a nossa criatividade e flexibilidade às condutas de planejamento, ética e respeito às leis.



6) **E principalmente, adote iniciativas com transparência e condutas éticas no dia a dia e através de seu exemplo de conduta.** Incentive os seus filhos e pessoas que fazem parte do seu convívio a fazerem o mesmo. Tal máxima pode ser resumida na célebre frase “Não faça para os outros, o que não gostaria que fizesse para você”.

Obs: Algumas pessoas argumentam que em um mundo competitivo, este item não é viável! Entretanto, convido o leitor, a ter uma outra interpretação deste tema. Que tal tomar a sua própria ação como ponto de referência? Para melhorar a qualidade do que faz? Há segmentos que ficam tão focado na concorrência que se esquecem de cuidar do aprimoramento do próprio processo produtivo. Esta realidade se agrava quando atitudes



Núcleo de
Desenvolvimento
Humano



disfuncionais e pouco éticas são adotadas para se atingir os “fins”. Bem! Temos tido oportunidade de presenciar nas mídias do mundo inteiro e nas próprias histórias do cotidiano o que acontece em médio e longo prazo.

Ao estar atento para os pontos levantados, você poderá estar colaborando para uma comunicação mais sadia, um ambiente mais saudável e provavelmente, terá dado sua contribuição para a construção de um País mais sustentável!

VENHA! VOCÊ PODE FAZER PARTE DESTA MUDANÇA!!!

O BRASIL AGRADECE!!!



Shirleine Ap. Larubia Gimenes

Psicóloga – CRP 06/40017

Personal & Life Coaching