

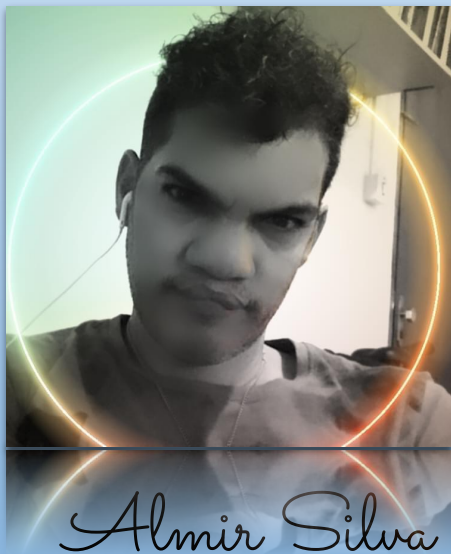
O **GUIA RÁPIDO** PARA MUDANÇA DEFINITIVA

Porque algumas pessoas atingem resultado e outras não.

MINDSET



MINDSET



INTRODUÇÃO

Aposto que você já pensou como está a sua vida em alguma momento na vida, certo?

Porém, este tipo de pensamento, é por ser extremamente complexo, chega a assustar algumas pessoas, que não consegue nem enxergar para onde vai.

Se esse é o seu caso, pode ficar tranquilo(a). Eu quebrei a temida tarefa “escrever este ebook” em simples passos para começar a tirar da cabeça, hoje mesmo, suas melhores ideias e colocá-las direto no papel ou melhor na sua vida.

Sumário

Introdução

Considerações Iniciais

Pense!

1 - Tenha Consciência do seu Mindset

O que são valores?

Autorresponsabilidade

Dificuldades

2 - Eleve os Seus Padrões

O que você precisa para ser feliz?

Seja mais exigente com sua vida

Seja cuidadoso

Combata a procrastinação

3 - Crie um Condicionamento Vencedor

Comportamento positivo

4 - Rotinas de Autoconhecimento

Rotina de sustentação

Rotina de revisão

Rotina de superação

Conclusão

Considerações finais

Marketing Digital

Treinamento Completo

Sobre Mim

Almir Silva

Contatos

Redes Sociais

Considerações Iniciais

Pense!

Você já parou para pensar por que algumas pessoas que vivem de forma tão modesta conseguem ser felizes, enquanto outras que vivem de forma abastada não conseguem se sentir bem?

O que faz com que alguns percebam que a vida vale a pena mesmo passando por dificuldade?

Não importa o quanto sua vida já deu certo ou o quanto tudo parece estar uma bagunça, o bem estar depende da sua visão e do significado que você oferece aos acontecimentos. De vez em quando passamos por um momento ruim e achamos que esse momento vai durar para sempre. Não importa em qual ponto os seus resultados se encontram, lembre-se que você pode ter uma vida melhor.

Se você está no nível 9 você pode ir para o 10. Se você se encontra no nível -2, pode fazer alguma coisa para que as coisas comecem a funcionar para você.

O quanto você tem esperado as pessoas mudarem para, só depois disso, tomar uma atitude?

É uma insanidade achar que quem está errado é o outro. É perda de tempo esperar que as coisas aconteçam exatamente da forma que se imaginou.

1- Tenha consciência do seu mindset

O primeiro passo para se construir um mindset de sucesso é ter a consciência do que isso significa. O mindset faz parte da natureza humana. Ele é o modelo de mundo, ou seja, a mentalidade de cada indivíduo. É o reflexo da configuração da mente.

É a forma de como cada um enxerga o mundo. Imagine uma reunião com várias pessoas e com um assunto em pauta. Todos estão presentes e vão vivenciar a mesma situação, mas, ao término da reunião, cada uma dessas pessoas vai relatar uma visão diferente. Isso está relacionado a mente que cada um possui e que é responsável por perceber tudo o que está em nossa volta.

Na maioria das vezes não se tem consciência sobre o valor disso na construção dos resultados. A forma que nós enxergamos o mundo é como um mapa que aponta o que realmente é mais importante ou menos importante.

Você demarca o território e, ao longo da vida, compõe o seu próprio mapa. Alguns se tornam mais positivos, já outros mais negativos. Esse mapa torna-se a sua visão de mundo. Ele é a junção, a soma, de suas crenças, experiências, emoções, aprendizados e tudo mais que você passou ao longo de sua vida e, tem como base, seus valores.

O que são valores?

Um valor é aquilo que é mais importante.

É o que norteia decisões, escolhas e motivações. Não existem valores certos e errados, ou valores mais ou menos nobres. Valor é aquilo que, em nossa escala de prioridade, tem uma nota maior.

Existem valores que são compartilhados na sociedade para que possamos conviver de forma saudável. Imagine se todas as pessoas desrespeitassem as leis ou não seguissem as regras definidas pela comunidade onde vivem! O nosso mindset é construído, em parte, por esse convívio em sociedade, mas é o mindset individual é que vai definir os seus resultados específicos e propor a autorrealização.

Todas as experiências vivenciadas, boas ou ruins, contribuem com a formação do mindset.

O nosso mindset nos direciona e define a realidade que vivemos. A boa notícia é que o mindset está em constante transformação e desenvolvimento. Algumas pessoas, ao longo da vida, constroem um mindset destrutivo ou pouco fortalecedor. Ao invés de olharem para a solução e para as coisas boas, viciam seu olhar para perceber e assimilar aquilo que não está funcionando ou não está exatamente como gostariam.

O estilo de vida moderna leva as pessoas a isso, pois o ritmo acelerado, o excesso de responsabilidades, a constante mudança de paradigmas e as injustiças sociais diminuem a esperança e a motivação para evoluir.

Isso muitas vezes passa a ser o ponto crucial de tudo que se enxerga em volta, mas como ser humano em constante transformação e munido de consciência, você pode a partir de hoje começar a transformar seu mindset.

Quando mudamos a visão de tudo que está a nossa volta passamos a agir de maneira diferente.

Todos os nossos resultados são construídos por meio de nossas ações. ***Mudar a mentalidade, nossas crenças e nossa visão de mundo é o que faz com que a gente se sinta melhor e enxergar novas possibilidades.*** Isso, naturalmente, aumenta a nossa motivação.

E esse é o grande segredo do passo número 1.

Eu não sei qual a batalha que você tem passado, eu também não sei qual é a felicidade que você tem vivido, mas é importante você entender que nada é para sempre. Mesmo que você esteja passando por uma situação muito boa, é importante que você desenvolva uma mentalidade de sucesso, um mindset positivo para que você consiga lidar com os próximos passos. E uma questão de você querer manter a realidade que vive hoje.

Autorresponsabilidade

Se, por outro lado, você tem se perguntado sobre o porquê de nada estar dando certo, é hora de parar e pensar que isso está nas suas mãos. É hora de você se responsabilizar por essa mudança.

Essa decisão de que é você quem pode fazer a mudança no seu mundo é o grande segredo. Algumas pessoas esperam a mudança. Elas apostam que algo sempre vai acontecer sem que tenham feito algo para isso e se frustram por criar falsas expectativas em relação às outras pessoas. Já as pessoas que têm um mindset de sucesso se autorresponsabilizam. Elas sabem que precisam entrar em ação e que nenhum resultado cai do céu.

O primeiro passo é você entender que ninguém é responsável pelo que está acontecendo no seu mundo. É você quem decide o que quer enxergar. Até um certo momento, você absorver experiências e percepções dos seus pais, familiares e amigos, mas na idade adulta você tem a consciência e o poder de escolha.

Tudo na vida é questão de treino, portanto esse primeiro passo é a grande alavanca para os próximos três passos. Quando olhamos para um resultado e ainda não estamos satisfeitos, temos que nos perguntar: *“O que é preciso treinar para que meus resultados sejam melhores?”*, *“Qual habilidade preciso desenvolver para ter o resultado que eu desejo?”*

Com o seu mindset não é diferente. Mesmo que até esse momento você nunca tinha parado pra pensar sobre a importância da qualidade dos seus pensamentos, tudo pode ser diferente a partir de agora. Está em suas mãos essa mudança e, mesmo que você ainda não saiba por onde começar, é isso que vai fazer a diferença!

O mindset é crucial para você ter tudo que você deseja. Se você focar no problema, nada vai mudar, mas se o foco for a solução, a sua mente vai estar totalmente preparada para encontrar caminhos e não se render às dificuldades.

Dificuldades

As maiores dificuldades de se ter um mindset de sucesso

1. Vivem em um ambiente negativo, ou seja, um ambiente onde as pessoas te puxam para baixo.
2. Vivem com pensamentos negativos recorrentes e acabam viciando olhar para o que não está funcionando e isso drena sua energia.
3. Não tem a consciência da importância de focar no positivo. Acham que é normal viver reclamando, é normal não ter uma vida de sucesso, é normal não ser feliz todos os dias.

2- Eleve os seus padrões

Alguém que deseja vencer não deve se contentar com pouco. Elevar os padrões significa se conectar com a energia da abundância, da prosperidade. Existe amor, dinheiro, recursos e energia em abundância no universo.

O que você precisa para ser feliz?

Você deve saber o que você precisa para ser feliz. Elevar os padrões significa não aceitar pouco. No dia que você entende que nasceu com inúmeras oportunidades e que possui tudo que é necessário para ser feliz, tudo muda na sua vida.

Independentemente de onde você more, de qual seja o seu trabalho ou de quanto você tenha na sua conta bancária, você é biologicamente igual os maiores ícones da humanidade. Pense em uma pessoa reconhecida internacionalmente. Pense em alguém que você admira muito! Pois bem, você possui uma fisiologia praticamente idêntica a ela. **Em você existe um potencial ilimitado!**

É necessário moldar essa fisiologia com o passar do tempo. Não é um passe de mágica. Isso vai depender de muito treino, muita disciplina e muito esforço, mas vale muito a pena! É incrível o que acontece quando nos damos conta dessa infinidade de possibilidades.



Seja mais exigente com sua vida

Traga mais qualidade para os seus dias.

É fácil se acostumar com pouco, achar que é normal ter problema todo dia, não ter uma vida feliz e viver em estado de procrastinação e desânimo. Mas a vida pode dar certo todos os dias.

Você chega em casa cansada e ao invés de querer uma casa bonita, arrumada, de ter vontade de fazer um jantar gostoso e arrumar uma linda mesa para o seu esposo ou esposa, você decide deixar isso para uma data especial e assim o tempo vai passando e você perde a oportunidade de elevar o seu padrão.

"É fácil se acostumar com pouco, achar que é normal ter problema todo dia, não ter uma vida feliz e viver em estado de prostração e desânimo."

Com seus filhos você pergunta como foi na escola, eles falam como foi e depois você nem se lembra do que ele respondeu, ou seja, você se contenta com uma relação superficial, você não olha no olho do seu filho, você não aproveita o momento para abraçá-lo e sentir o que realmente ele quer dizer.

Você chega ao trabalho e você faz as tarefas de qualquer jeito, porque ao seu lado ninguém tem resultados iguais aos seus e você acha que está tudo ótimo. Até que um dia, chega um funcionário novo que é melhor que você e, a sua reputação de funcionário modelo, cai por terra. Você então se dá conta de que estava na zona de conforto.

Seja cuidadoso

o passo dois significa ser cuidadoso, deixar de ser negligente e querer melhorar a sua vida agora. Comece pela sua gaveta, ou seu local de trabalho. O seu quarto está tudo bagunçado? É bem provável que essa bagunça esteja refletindo aquilo que você está no resto de sua vida.

Então comece a ser cuidadoso, a estar presente na sua vida.

Tome a decisão sobre qual a vida quer ter a partir de hoje. De na o que você deseja e isso vai fazer toda a diferença. Se comprometa com seu bem-estar. Comece arrumando seu lugar de trabalho, o seu quarto, sendo mais cuidadoso com seus relacionamentos, incorporando hábitos saudáveis e esporte.

Uma vida próspera e abundante vem de uma mentalidade preparada e vencedora. Não espere que sua secretária, seu funcionário ou sua empregada arrume as coisas para você, arrume você. É assim que a gente se condiciona para mudar o mundo. Determine uma tarefa para hoje!

O que te impede de ter melhores resultados? Pare e pense; é a falta de ação, é a falta de motivação, falta de planejamento ou falta de informação?

Combata a procrastinação

A maioria das pessoas não tem melhores resultados pela falta de ação e, em segundo lugar, pela falta de planejamento. Então, para combater a falta de ação, o princípio básico é combater à PROCRASTINAÇÃO. A procrastinação é o ato de deixar para amanhã o que se pode fazer hoje, ou seja, é adiar sem motivo.

Só com esses dois passos você pode combater a falta de ação. É mais simples do que se imagina. A ação é algo que quanto mais se pratica, mas se torna natural e constante.

O fato de arrumar uma gaveta, já condiciona a sua fisiologia e o seu corpo a entenderem que o seu padrão mudou. Não é mais deixar para depois, é ser cuidadoso, é fazer a sua parte. Movimento gera movimento. Pequenos passos dados na direção correta te levam muito além do que você pode imaginar.

Para quem você vai passar a dar atenção? Para quem você vai ligar? De quem você vai se aproximar? Qual pendência vai resolver? Que conversa você terá? Qual a tarefa vai terminar? Ao elevar os seus padrões você verá o quanto não precisa se acostumar com pouco.

Sobre qual decisão vai da sua vida quer ter a partir deste momento. Defina o que você deseja e isso vai fazer toda a diferença. ***Se comprometa com seu bem-estar. Comece a ler mais, a ter novos contatos, um curso para desenvolvimento pessoal sendo mais cuidadoso com você mesmo.***

Uma vida próspera e abundante vem de uma mentalidade preparada e vencedora. Tudo que colocamos em nossa mente no futuro é que se tornaremos.

3- Crie um condicionamento vencedor

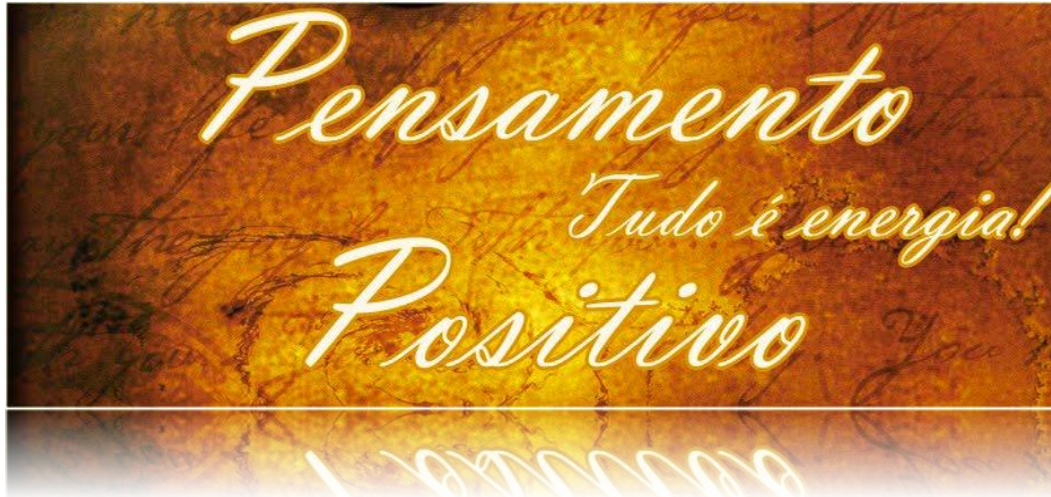
O condicionamento leva a naturalidade. Imagina a pessoa que começa a malhar e, nos primeiros dias, se sente dolorido e muito cansado. Depois de um mês, aquilo que antes era muito difícil, com a prática, se torna fácil. Isso é condicionamento.

Comportamento Positivo

A repetição leva ao condicionamento. A repetição leva a ser natural e é aí que se desenvolve a competência inconsciente. Isso significa treinar até ser natural.

Para desenvolver a competência do **Pensamento tudo é energia! Positivo**, inicie o seu dia com um estímulo positivo. Ao acordar, foque em algo que desperte motivação. Uma boa sugestão é se fazer uma pergunta do tipo: “No que hoje eu vou ser nota 10?” ou “Com o que eu vou ser o melhor possível?” Tudo é diferente quando se começa o dia com a decisão de fazer as coisas darem certo.

Para completar o ciclo, é decisivo que outro comportamento positivo seja praticado à noite. Isso pode acontecer por meio de uma pergunta ou uma conclusão sobre o motivo pelo qual o dia valeu a pena. Criar um condicionamento vencedor é treino diário! Fazer isso com consciência traz resultados incríveis.



4- Rotinas de autoconhecimento

O quarto passo é ter rotinas de sustentação, revisão e superação. Portanto, é ter uma rotina auto- conhecimento. Só conseguimos gerenciar aquilo que conhecemos, lembre-se sempre disso.

A rotina precisa ter esse momento de autorreflexão, para que você se conheça e se perceba, pois todos nós estamos em constante mudança. Quem é você hoje? Quais as suas necessidades?

Além disso, quais são os padrões que garantem os resultados atuais? A grande ideia é sobre o que é necessário continuar acontecendo ou fazendo. Existem padrões na sua vida que te dão resultados positivos, então estes devem ser mantidos e preservados. Isso é rotina de sustentação.

A rotina de revisão é abrir espaço para se desapegar. Alguns hábitos são herdados e nunca questionados. ***Quais são os padrões de comportamento que atrapalham ou sabotam os resultados desejados?***

A rotina de superação é aquela que leva ao comprometimento em ser ainda melhor. Em quais tarefas ou processos você pode se destacar

Você deve perceber quais são os seus pontos fortes e apostar neles! Uma rotina de superação é aquela que propõe a consciência sobre os seus diferenciais competitivos. Essas orientações e exercícios devem ser praticados com a maior frequência possível. O que importa é a direção e não a velocidade. Na direção certa, você estará evoluindo constantemente. Quanto mais praticar cada um desses conceitos, mais resultados terá.

Rotinas de autoconhecimento

1- Rotina de Sustentação

Padrões na sua vida que te dão resultados positivos e grandes resultados e que devem ser mantidos e preservados.

2- Rotina de Revisão

Padrão de comportamento que propõe o desapego de hábitos que atrapalham ou sabotam os resultados desejados

3- Rotina de Superação

Rotina que leva ao comprometimento em ser ainda melhor e propõe a consciência de seus diferenciais competitivos.

Considerações finais

Lembre-se que quanto mais você treinar, mais fácil vai ficar acessar o estado de positividade, possibilitando a expansão da sua consciência e a sinergia com tudo que está a sua volta.

Permita-se errar e fazer ajustes ao longo do caminho!

Comprometimento e consistência são uma poderosa fórmula para alcançar qualquer que seja o seu objetivo!

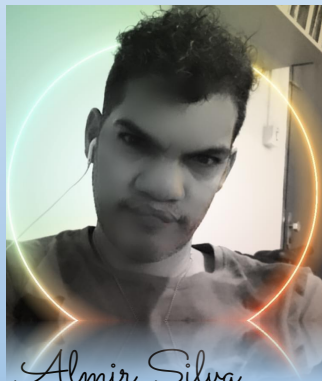
Boa Sorte e Acredite: Vida dá Certo!

Marketing Digital

Depois que (EU) fiz um treinamento incrível, minha vida mudou muito. Atualmente o curso considerado um dos maiores profissão no momento em criação de negócios pela internet de forma rápida. [Clique Aqui e SAIBA COMO SE INSCREVER](#)

Conheça um método para criação de negócios pela internet a partir do zero que é praticamente a prova de falhas e que vem mudando a vida de milhares de pessoas nos últimos anos...

"Quando eu descobri o Negócio Online percebi que ele já tinha mudado a vida de muita gente. Hoje ele está mudando a realidade de ver a vida de outro jeito que nunca tinha imaginado assim!"



Almir Silva

Minha missão....

Minha missão é ajudar você a utilizar todo o potencial da Internet e do **Marketing Digital** no seu negócio ou na sua carreira e também na sua vida, para ter mais qualidade vida com propósito e grandes realizações.



Marketing Digital e Performance Mindset