

O SUCESSO EM SUAS MÃOS



ÍNDICE

CAPÍTULO 1

- INICIANDO NO CAMINHO CERTO 7
 - Dicas 9
- SEUS MAIORES BENS 11

CAPÍTULO 2

- ACREDITE EM VOCÊ 18
 - Informações positivas 20
 - Informações negativas 21
 - Dicas 28
- OBTENDO SORTE 30
 - Dicas 31
- COMO ADMINISTRAR O SEU TEMPO 32
 - Estresse 33
 - Dicas 37

CAPÍTULO 3

- O AUTOGERENCIAMENTO 39
 - Dicas 46
 - Lembrete 47
- DEFININDO OBJETIVOS 48
 - Dicas 58
- PLANEJAMENTO PESSOAL 59
 - Dicas 67

CAPÍTULO 4

- TÉCNICAS DE VISUALIZAÇÃO 69
 - Dicas 73
- SUCESSO COM ATITUDE 74
 - Lembrete 80

• VENCENDO OS OBSTÁCULOS	81
- Inveja.....	81
- Amargura e Vingança.....	81
- Depressão.....	82
- Luto	82
- Problemas de família	82
- Infelicidade	83
- E você tem medo de quê?	84
CAPÍTULO 5	
• CONTROLE O MEDO DO “NÃO”	88
• EVITE A NEGATIVIDADE	89
- Críticas.....	92
- Culpa e Reclamação.....	93
- Ambiente negativo.....	93
CAPÍTULO 6	
• ENTUSIASMO	98
• AUTOMOTIVAÇÃO	103
• COMUNICAÇÃO.....	106

INICIANDO NO CAMINHO CERTO.....

Nada se alcança sem muita luta e esforço. Obstáculos devem ser vencidos e os problemas enfrentados.

Quando se fala em sucesso, as pessoas apresentam uma alta expectativa de vida em que querem riqueza, felicidade e sucesso. Parece muito simples, mas não é.

Uma batalha não é vencida por uma simples palavra. Nem sempre um bilhete de loteria encontrado na rua está premiado, e mesmo se isso acontecer, é uma chance entre milhões de outras. A idéia de tudo isto, é a de apresentar para você que se desejar conquistar algo, você terá que correr muito atrás de tudo que almeja.

O sucesso não se apresenta só nos montantes de dinheiro, mas se apresenta na satisfação em todas as vertentes da vida.

Há muitas e muitas histórias de pessoas que possuem tudo o que um simples mortal deseja, mansões, casas para fora do país, viajam pelo mundo e podem comprar muita coisa com o saldo positivo em sua conta, no entanto, nem sempre demonstram-se felizes.

De nada adianta conquistar tudo o que deseja pela metade. De nada adianta ter apenas dinheiro e não ter amigos. De nada adianta ter uma super carreira e não obter sucesso com sua família.

Uma pessoa de sucesso tem que se dar bem em todos os sentidos, e isso engloba o ceder para a carreira, para a família e enfim, para a felicidade.

DICAS

Para se adquirir o sucesso você precisa suar a camisa demasiadamente, por isto estão aqui algumas dicas das quais você não deve esquecer:

↳ **O que o sucesso significa para você?**

Será que o quê você pensa sobre o sucesso se enquadra em tudo que viu até agora ou você continua pensando que esta conquista apoia-se em rios de dinheiros.

↳ **Sucesso não é sinônimo de dinheiro.**

Sucesso é sim sinônimo de conquistas, tanto profissionalmente como em sua vida pessoal. Se você tem uma ótima carreira, é um bom marido ou esposa, um bom pai e mãe, e administra o seu tempo de forma correta, então, você já pode ser uma pessoa com o sucesso embutido e ainda não sabe. Mas se você, não conquistou ainda a carreira tão planejada e não tem nem tempo para família que lhe espera ansiosa todos os dias em casa, então você terá que batalhar muito ainda. Como já dito anteriormente, ninguém vence uma batalha sem lutar muito por ela. A paz e a calma só chega depois que tudo acabar.

↳ **Acredite no que você pode fazer.**

Se você anda muito desmotivado e acreditando que não pode fazer nada, pare e comece a repensar nos seus atos. Ninguém gosta de ter em uma empresa uma pessoa que acha que não consegue fazer nada. Você tem que mostrar muito mais do que aquilo que acredita que pode ser e isto poderá gerar as mais diversas surpresas.

↳ **Invista em você, sem precisar ganhar para isso.**

Você pode investir em si mesmo de diversas maneiras e até mesmo sem ganhar nada em troca. Comece a acreditar no seu potencial, pois se não acreditar em seus atos, quem é que acreditará? Se vista de acordo com a exigência de seu cargo e grau de sua empresa. Apresente uma boa aparência e você verá que as coisas já começarão a mudar por aí.

O sucesso em suas mãos

ACREDITE EM VOCÊ.....

Comece a acreditar mais em si mesmo e inicie um trabalho rigoroso com a sua auto-imagem.

Neste momento você não deve pensar no que os outros acham ou deixam de achar sobre a sua pessoa. Seu centro é você mesmo, e, é nisso que você deve se concentrar.

Todo cuidado também se torna pouco. Muitas pessoas que começam a alcançar sucesso na vida, aumentam o seu ego e assim, a necessidade de alimentá-lo se torna muito maior também. Jamais esnobe qualquer um que cruzar o seu caminho, pois os mesmos que você encontrou na sua subida, também podem ser o que estarão presentes na descida. Mantenha-se em uma boa posição.

A sua auto-imagem deve ser mantida sempre em alta. E como saber se uma pessoa possui ou não uma boa auto-imagem?

Muito fácil! É muito provável que você teve ou tem amigos que estão sobressão, problemas no casamento, estresse no trabalho, desemprego, depressão e com uma auto-imagem ruim.

Tudo fica muito aparente. Estas pessoas dão pouca atenção aos seus cabelos, à maquiagem, à limpeza e até mesmo ao cheiro do corpo. Algumas pessoas acabam engordando, por descuidar da alimentação, afetando a postura e o modo de andar.

São situações que acabam fugindo do controle, por isso, há uma exigência rigorosa com a sua auto-imagem, pois todos os problemas decorrentes da negatividade são evitáveis.

Mude a maneira como você se vê.

O sucesso em suas mãos

OBTENDO SORTE.....

Nem sempre tudo o que se faz para obtê-la é confiável, como por exemplo: não quebrar espelhos, não passar por baixo de escadas ou mesmo possuir qualquer tipo de objeto considerado amuleto da sorte, figa, pé de coelho, trevo de quatro folhas, ferradura, entre outros, segundo a crença popular.

A sorte é algo que está presente em todas as pessoas, embora algumas achem que talvez, nunca a teve. As pessoas de sucesso acabam sempre dizendo que elas chegaram onde estão atualmente por uma cartada de sorte, mas no fundo o que elas querem dizer é que elas fizeram um esforço enorme e carregaram muita coisa nas costas para chegar ao topo.

Uma vez um grande jogador de golfe disse o seguinte:

- "Quanto mais eu trabalhar, mais sorte terei!"

E ele realmente estava certo. Quanto mais tempo você se dedicar a algo que queira, com certeza, mais perto estará. Saiba o que está fazendo e os lugares que está freqüentando. Estar no lugar certo e na hora certa é mais um passo para que o seu trabalho saia como o esperado.



O sucesso em suas mãos

COMO ADMINISTRAR O SEU TEMPO.....

O tempo é um dos maiores recursos que um ser humano pode possuir, principalmente quando bem aproveitado.

Essa preciosidade pode ser dividida de três maneiras:

- 1) Um terço de sua vida você passa trabalhando;
- 2) Outro terço de sua vida você passa se divertindo e isso refere-se às baladas do final de semana à noite, às férias e à aposentadoria;
- 3) E mais um terço de sua vida que você passa dormindo.

Se no seu dia-a-dia não é isto que acontece, pelo menos é o que deveria acontecer.



As pessoas trabalham para ganhar um dinheiro a fim de utilizá-los para se divertir nos finais de semana, ou você continuaria a trabalhar se não estivesse ganhando para isso? O importante é saber que você trabalha para simplesmente fazer algo que gosta.

DEFININDO OBJETIVOS.....

O que é um objetivo? E uma meta?

Segundo um dos grandes dicionários vendidos no Brasil, **objetivo** é o *que se quer alcançar*; *propósito* e **meta** a mesma coisa que *objetivo*; *intento*. Assim sendo, estas duas palavras resumem-se em uma única fusão.

A partir de agora você estará vendo como projetar metas, para que você possa decidir o que realmente quer.

1) AS METAS DEVEM SER REALIZÁVEIS E AMBICIOSAS

As metas têm de estar ao nosso alcance, têm de ser algo que você realmente queira e não esteja utilizando atualmente.

Não confunda meta com as atividades diárias. Se você não mudar nada em sua vida, não estará experimentando nada diferente.

