

Juntos

FELICIDADE

Faça o seu projeto de vida para

2012

Objetivos, sonhos, conquistas... aprenda com os erros deste ano e conquiste tudo o que você deseja para 2012

Por Sally Borges

O ano de 2011 já está quase terminando e todos os seus sonhos e objetivos que não se realizaram ficarão para trás. Errado. Você deve entrar em 2012 com pensamentos positivos e conquistar tudo aquilo que neste ano não se concretizou. Apesar disso, não pense que em 2011 não dará mais tempo para que você corra atrás daquilo que quer. De acordo com o especialista em produtividade Christian Barbosa,

muitas pessoas criam expectativas no futuro e não conseguem fazer acontecer agora. Isso porque elas colocam seu foco de atuação no período errado de tempo. Não é o futuro que faz a vida acontecer – não adianta só ficar sonhando – e muito menos o presente. “O tempo que faz as coisas andarem de verdade é o presente mais o futuro, sem separação. É o hoje bem feito que ajuda a construir aquilo com que você sonha para o amanhã. Acreditado muito nesse conjunto para fazer

a vida andar. E nada melhor que esse período para começar a pensar nisso”, aconselha o especialista. Para Christian, é essencial dar importância para os nossos objetivos, pois, se não há um compromisso, eles não terão valor algum e podem não ser realizados. Além disso, é preciso fazer uma boa seleção dos novos projetos.

Conselhos sim, mas com cautela

Sempre existirão aqueles que, por mais que você não os ouça, darão a sua opinião sobre os seus futuros planos. Alguns comentários são maldosos e podem te deixar sem ânimo nem motivação. Porém, não serão essas pessoas que vão te deixar debilitada para conquistar os seus sonhos. Tome cuidado com esses tipos de conselhos, porque muitas pessoas não conseguem realizar os próprios objetivos e tentam destruir os de outros. Mesmo com aqueles comentários construtivos, que te deixam com pensamentos positivos, também é preciso ter cuidado, já que, apesar de serem animadores, eles podem te influenciar a conquistar outros objetivos que não estejam ao seu alcance. “Devemos sempre ouvir o que as pessoas têm a dizer com cautela, pois o que não ajuda também não atrapalha”, diz Christian. Por isso, é necessário avaliar todas as opiniões para saber o que realmente vale a pena para você.

Tempo e filhos

“Devemos listar os nossos desejos, sempre começando pelo que achamos mais importante”, explica Christian. Nosso principal objetivo deve ser o mais importante da lista. “Não deixe que esse objetivo dure o ano inteiro para ser realizado. É preciso equilibrar todos os sonhos em tempos menores, como atividade no dia a dia”, diz o especialista. Com os nossos filhos também devemos pensar da mesma forma. Concilie os seus planos com os deles. “Se os filhos forem pequenos, devemos dar

66

ultraFEMININA

Page 1 / 2

prioridade também aos deles, pois os sonhos serão pensados em conjunto. Porém, se forem filhos grandes, é preciso deixar que os conquistem por si próprios”, alerta Christian.

Até logo 2011

E o que devemos fazer com o ano que passou? Esquecê-lo ou nos espelhamos nele? 2011 está indo embora e, com certeza, devemos aprender com todos os nossos erros deste ano. Saber onde você errou e o que deve mudar é muito importante para poder seguir em frente e acreditar que os objetivos podem se realizar no ano seguinte. “O erro é um professor melhor do que o sucesso”, diz Christian.

Fonte: Christian Barbosa – especialista em produtividade e autor do livro “A Tríade do tempo”.

Responda a estas perguntas por escrito e coloque em uma carta para você mesmo abrir no final de 2012:

- 1** O que você precisa fazer, mas não conseguiu realizar em 2011?
- 2** O que você precisa parar de fazer em 2012?
- 3** Quais são os três principais objetivos que você gostaria de realizar no próximo ano?
- 4** Quais áreas da sua vida precisam ter mais foco e/ou mudanças no próximo ano?
- 5** Se você pudesse escolher apenas uma coisa para realizar em 2012, o que seria?



FOTOS: SHUTTERSTOCK