

PESQUISA

67% dos brasileiros ainda não sabem o que desejam para 2016

Pesquisa realizada pela Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo, aponta que 67% dos brasileiros ainda não pararam para pensar no que pretendem fazer em 2016.

O levantamento feito com 3.500 pessoas em todo o Brasil, com idade média de 34 anos, sendo 89% empregadas, 10% desempregadas e 1% aposentados, mostra também que 8% dos entrevistados ainda não têm ideia do que desejam fazer e 25% já estão com o próximo ano planejado.

Tudo é uma questão de como encaramos o nosso ano e como fazemos ele acontecer. Acredito muito que o destino é criado, não é dado. As pessoas precisam ser protagonistas de suas histórias e não vítimas das consequências. Não é a economia, o chefe ou a empresa que vão definir o que a pessoa vai fazer ou conquistar em 2016. O que define isso é a atitude, coragem, os passos dados e as escolhas feitas', diz Christian Barbosa, CEO da Triad PS, considerado um dos maiores especialistas do país em gestão do tempo e produtividade.

O estudo também apontou que 87% das pessoas estão otimistas em relação ao ano de 2016. Além disso, quando questionados sobre as cinco ações que fazem parte dos planos do próximo ano, as respostas que mais se destacaram foram: ter mais tempo para o que é importante (49%), guardar ou investir dinheiro (47%), investir na carreira (46%), cuidar da saúde (32%) e falar outro idioma (31%).

O estudo também apontou que 87% das pessoas estão otimistas



Ter mais tempo para o que é importante está entre as prioridades

A análise ainda questionou o que mais preocupa as pessoas no próximo ano. Nesse quesito, 23% dos entrevistados apontaram as finanças pessoais, 17% a economia e 14% o desemprego.

A partir das informações obtidas com a pesquisa, Christian Barbosa desenvolveu um curso online para ajudar as pessoas a planejar o próximo ano. Serão três aulas gratuitas, que apresentarão estratégias para que as pessoas aprimorem o plano de Ano Novo, de forma que não sejam apenas promessas esquecidas, mas um verdadeiro plano de transformação da rotina para criar melhores resultados.

'Acredito que é possível fazer um ano de 2016 muito melhor, o que tornará isso viável são as nossas escolhas e atitudes. Ao fazermos diferente, conseguimos ir além', destaca Barbosa.

Entre os temas abordados nas aulas, o especialista em gestão do tempo e produtividade destacará os cinco fatores que farão o ano funcionar melhor:

* Aprender - O que você

aprendeu no último ano? O que foi que fez o seu ano acontecer de verdade ou que fez com que ele rendesse? Muitas vezes escrever ajuda a entender que coisas erradas ficaram no passado e que você deve aprender com isso.

* Visualizar - Esse é um ponto fundamental, pois quando a pessoa está deprimida ou não consegue ver uma situação futura possível de alcançar, ela não consegue mudar. Ela não tem medo, nem coragem e muito menos as escolhas para chegar ao lugar ideal. Esse poder de visualizar essa nova realidade, por exemplo, conseguir um emprego melhor, aplicar o dinheiro em um fundo de investimentos, aprender um novo idioma, é positivo e empolgante. Essa realidade faz a pessoa se desenvolver e buscar coisas novas. É preciso tomar novas atitudes para criar novas linhas de pensamento.

* Ferramentas - O que podemos considerar ferramentas? Pode ser um livro, um curso realizado ou uma pessoa que você conheceu e que ajudou a fazer diferença. São pequenos

Implante Dentário
Clínica Geral
a Laser
Reabilitação oral
• Trat. de canais
• Trat. de Gengiva
• Prótese & Estética
PROF. DR. ORSIO RAUZY SOARES
CRM-SP 13.840
Rua J. Ferreira da Silva, 897
Sorocaba - SP
(15) **3227-9774**
www.amaimplantes.com.br

CONVENIADO CRUZEIRO DO SUL

insights que podem criar uma nova realidade. Quando você usa a mesma ferramenta para atingir um resultado diferente, dificilmente você consegue sair do lugar. Busque por coisas novas, arrisque um pouco e coloque um pouco do seu eu para fazer com que isso aconteça.

* Pessoas - Pessoas são capazes de fazer a diferença na sua vida e no seu ano também, de forma positiva ou negativa. Pessoas positivas, que fazem você crescer e desenvolver, levam-nos a um patamar diferente. Procure por meios que te ajudarão a se aproximar de pessoas diferentes.

* Força de vontade - O quanto você consegue ter força de vontade para manter aquilo que deseja? Isso significa blindar a sua mente, blindar as suas escolhas e o seu tempo para fazer isso acontecer. O destino é criado, não é dado, ou seja, você cria o seu destino e precisa ter esse pensamento em mente a todo instante.

SERVIÇO

Curso: 'O Melhor Ano de Todos'
Site: www.omehora.nodetodos.com
Valor: Gratuito

quem quiser que conte outra

A Mulher Só

Íria de Fátima Flório

Ela chegou em casa no final da tarde. Entrou. A casa estava quieta e ela silenciosamente foi abrindo as janelas de par em par, deixando o sol fraco do crepúsculo invadir a pequena sala.

Olhou ao redor. Tudo estava no seu devido lugar, a cama arrumada, o chão limpo, a louça lavada e guardada. Tudo limpo e organizado como gostava de ver.

Foi até a cozinha, preparou um lanche leve e sentou-se assistir televisão.

Tudo seguia exatamente igual todos os dias. Levantava-se cedo, deixava a casa bem arrumada e seguia para o trabalho. Voltava, encontrava tudo organizado, fazia seu jantar, arrumava tudo novamente, assistia televisão e ia se deitar. Tudo igual, todos os dias.

Às vezes permitia-se lembrar do passado. Na verdade não tinha o costume de fazê-lo, pois era nesses momentos que sua vida passava por seus olhos e ela não gostava muito do que via.

Sempre vivera só.

Tivera alguns casos, apaixonara-se por muitas pessoas. Algumas vezes até era correspondida, mas sempre por pouquíssimo tempo. E ela voltava a ficar só.

Não entendia o que acontecia. Não era bonita, mas era uma mulher inteligente, se arrumava bem e era muito simpática. Quem a conhecia não imaginava a amargura depositada em seu coração. Sempre estivera só.

Olhava-se pouco no espelho. Acho que tinha medo do que aqueles olhos refletidos poderiam lhe mostrar, do que aquela boca poderia lhe dizer. As marcas do tempo estavam estampadas naquele rosto, os amores perdidos, as alegrias vividas, as dores choradas...

O que havia acontecido com sua vida? O que fizera de errado para acabar assim?

Levantou-se e foi até a cozinha pegar uma xícara de café. Ele sempre teve o poder de tranquilizá-la, de acalmá-la. E voltou a prestar atenção ao filme que estava passando. Um filme de amor do jeito que gostava. E viveram felizes para sempre. Ela sempre acreditara em amores assim, que poderiam se tornar possíveis, se tornar reais. E sentia-se mais só.

A noite, já deitada, pensava em como teria sido sua vida se tivesse vivido um amor desses de filmes. Passava a mão pelo seu corpo e sentia-o quente, vibrante. E sentia-se só. Como queria ter alguém para compartilhar seus sonhos, suas fraquezas. Alguém que pudesse abraçá-la quando sentisse medo, que pudesse acariciá-la quando seu corpo pedisse... Dormiu e em seus sonhos via-se novamente sozinha.

Acordada no dia seguinte, tomou seu banho e seu café. Olhou ao redor. Tudo estava no seu devido lugar, a cama arrumada, o chão limpo, a louça lavada e guardada. Tudo limpo e organizado como gostava de ver.

Tudo igual, todos os dias...

Íria de Fátima Flório é professora

PROMOÇÃO DE NATAL

Douce & Petit
KIDS

20% À VISTA

6x NO CARTÃO

MODA SHOPPING COM MENOR PREÇO

R. Antônio Fernandes, 306 - Jd. Gonçalves - Sorocaba • 15. 3388.8801 | 98155.8448 • [douce.petit.3](https://www.facebook.com/douce.petit.3)