

[MUDANÇA DE MENTALIDADE] COMO TER UMA MENTE POSITIVA E OTIMISTA



Você não vai conseguir escapar dessa pergunta: Já viu aquelas pessoas (ou você até seja ela) resmungona, razinza, sistemática, apegada e pessimista? Já viu como ela passa os dias, a cara que faz quando algo desagrada? Às vezes paro para observar e vejo que é como se essas pessoas (pode ser que seja você mesmo hein) tivessem em cima de suas cabeças uma nuvem cinza e que basta ver algo ou falar de determinado tema que essa nuvem já fica mais escura com mini-raios e trovões, tudo porque não sabe gerenciar ou melhor dizendo dominar suas emoções. No final das contas, os dias, as semanas, os relacionamentos e tudo que ela faz a impede de ver a mais simples e maior de todas as verdades:



Talvez o maior movimento que uma pessoa que tem essas características possa fazer por si mesma é começar a se questionar: O por que sou assim? O que de verdade ganho sendo assim? O que me impede de sorrir mais? Até quando vou me comportar como uma velhinha rabujenta? Pensar como penso, agir como venho agindo me faz ter relacionamentos melhores? Me faz ser mais pleno e abundante? Me faz mais feliz?

E Se por acaso você se identificou e disse mentalmente “eu sou assim mesmo” preciso te dizer que você tem sim solução, no entanto, também preciso dizer que ninguém pode fazer por você, esse trabalho é somente seu, sendo assim, só você pode mudar as coisas que não andam bem. Sugiro fortemente que acesse nossos demais artigos onde em cada um deles trazemos conteúdos relevantes que te fazem literalmente acordar para as possibilidades de uma vida muito melhor e, por falar em acordar para as possibilidades, sugiro que você leia o livro “O Poder da Ação” do PhD Paulo Vieira que aborda com maestria logo de cara no capítulo 01 o tema: Acorde, se preferir já pode reservar pouco mais de 14 minutos para [assistir esse vídeo aqui](#):

MUDANÇA DE MENTALIDADE

Perceba que é tudo uma questão de perspectiva e de mudança de mentalidade, para que conscientemente você possa direcionar seus pensamentos, sentimentos e ações para um novo patamar ou melhor dizendo para um novo grupo de pessoas: [PESSOAS REALIZADORAS](#), OTIMISTAS E POSITIVAS que se importam umas com as outras e que vivem essa tríade (pensar + sentir + comportar-se) como estilo de vida abundante.

Pessoalmente falando acredito verdadeiramente nisso porque já fiz parte do grupo das pessoas rabujentas, sistemáticas, mau humoradas e amargas com a vida, consigo mesma e com os outros e claro, naturalmente só atraía para minha vida problemas e mais problemas. O ponto de virada foi em ver tamanha insatisfação que tinha com a vida que comecei a questionar o porque das coisas serem

tão difíceis pra mim. Confesso que temas que envolviam mentalidade desde quando ainda era jovenzinha (por volta dos meus 13 ou 14 anos) já me atraíam muito, no entanto, nunca imaginei que trabalharia 100% com isso, até que a vida foi me pregando algumas peças, me colocando de volta ao jogo e me fazendo literalmente Acordar para as possibilidades de uma vida melhor, foi aí que mergulhei de cabeça nesse assunto.

Agora você terá então passos simples para seguir para COMEÇAR HOJE a treinar a [MUDANÇA DE MENTALIDADE](#) para ser mais positivo e otimista:

Passo Um::

Acredite que existe uma versão de você melhor. Que você pode mudar. Que Merece mudar. Que merece mais da vida. Saiba que esse “mais” só é liberado para quem é otimista e reconhece motivos de ser feliz e valorizar a vida.

Passo Dois::

Questione-se para que as respostas venham até você. Penso que esse é um dos maiores segredos para a mudança de mentalidade em qualquer nível: Questionar-se provoca boas respostas que indica melhores reflexões e conseqüentemente favorece boas tomadas de decisões.

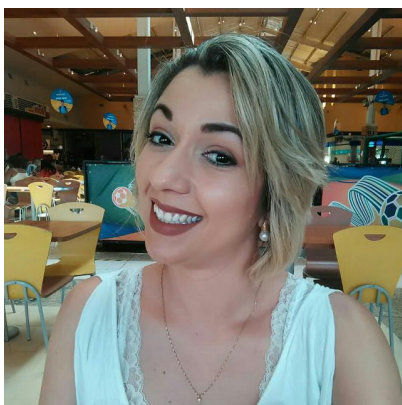
Passo Três::

Seja Autorresponsável entendendo que não é com o outro e sim: COM VOCÊ.

Passo Quatro::

Entre em Ação para que a mudança de mentalidade e comportamento se instale na sua vida. Se você apenas estudar e entender, mas não praticar não muda nada, então deixe o “bico” de lado, a testa franzida do outro, as lamuriações do outro e se permita ser mais feliz, treinando [TODOS OS DIAS](#) o bom humor, a positividade e o otimismo.

Depois que conquistar isso, verá que é impossível voltar para a vida limitada de antes. Perceberá que não combina mais com o seu novo você. Agora se fichas caíram enquanto você lia esse artigo sugiro e que se percebe que precisa de mais ajuda, [clique nesse link aqui](#), pois temos um treinamento que fala exatamente desse tópico e pode te ajudar a encurtar o tempo de ação.



Nossa Mentora de Mentalidade, Morgana Carvalho, ajuda pessoas a se tornarem mais autoconfiantes e determinadas, desenvolvendo sua mente pra literalmente [Sair da Caixa] e alavancarem sua vida e seus negócios antes que este século acabe de modo fácil, simples através de um Passo a Passo inteligente. Além de Publicitária e Master Coach, nossa mentora gosta de uma boa leitura, de viajar e estar ao lado de boas pessoas, também reforça que: Tudo começa na mente e traz compartilha com você que Treinar A Mente é Igualzinho Escovar os Dentes, tem que fazer todos os dias senão vai dar ruim.

Acompanhe as redes sociais **@morganacarvalhooficial** e também no [youtube.com/morganacarvalhooficial](https://www.youtube.com/morganacarvalhooficial)

<https://foconoticia.com.br/noticia/4689/nova-colunista-em-04/07/2024-17:19>