

— Contador

João Neto



Empreendedor De Alta Performance

CEO da UPcont
João Neto

SUMÁRIO

- **Capítulo 1: O que é desenvolvimento pessoal?**
- **Capítulo 2: Diferença entre desenvolvimento pessoal e profissional**
- **Desenvolvimento profissional**
- **Capítulo 3: 9 passos para se desenvolver e se tornar um empreendedor de alta performance.**
- **Passo 1 | Autoconhecimento**
- **Passo 2 | Trace seu objetivo**
- **Passo 3 | Invista em você**
- **Passo 4 | Inteligência emocional**
- **Passo 5 | Leia livros**
- **Passo 6 | Execute uma tarefa de cada vez**
- **Passo 7 | Aprendizado com os outros**
- **Passo 8 | Evite procrastinar**
- **Passo 9 | Frustração faz parte**

INTRODUÇÃO

O que é ser empreendedor?

Empreendedor é aquele que se propõe a implementar novas ideias de negócios.

Porém empreender não é fácil, estruturar e manter um negócio demanda tempo, conhecimento e muita resiliência, e para isso o empresário precisa ter um mindset alinhado e preparado para os desafios do mundo dos negócios. É isso que vamos abordar nesse e-book, algumas dicas de desenvolvimento pessoal e profissional para te ajudar a ser um empreendedor de alta performance.

CAPÍTULO 1

O que é desenvolvimento pessoal?

Desenvolver-se pessoalmente é lidar com as coisas que você quer fazer e as que você tem a obrigação de fazer de forma saudável, pragmática e adulta.

Vou explicar melhor.

Empreendimentos de sucesso demandam uma série de ações e qualidades de quem está no comando: tomada de decisão, autoconhecimento e autoconfiança são alguns exemplos.

Porém, essas qualidades não vão aparecer em você todos os dias às 8 da manhã quando você pisar na empresa. Elas têm que fazer parte de quem você é, certo?

Por isso, o desenvolvimento pessoal abrange diversas áreas do conhecimento e desafia todas as nossas capacidades e inteligências. Se tornar uma pessoa de múltiplos conhecimentos faz com que você melhore e trabalhe de forma diferente do padrão.

Pessoas que têm conhecimento aprofundado de suas habilidades, além da autoconsciência de qualidades e defeitos, conseguem promover seu desenvolvimento pessoal e profissional. Desenvolver-se pessoalmente é lidar da melhor e mais produtiva forma com coisas que você quer fazer e as que você tem a obrigação de fazer! O desenvolvimento pessoal pode incluir as seguintes atividades:

- **Melhorar o autoconhecimento;**
- **Melhorar ou desenvolver novas habilidades;**
 - **Desenvolvimento de pontos fortes;**
- **Planejar e executar planos de desenvolvimento pessoal;**
 - **Melhorar as habilidades interpessoais;**

Mediante a essas informações, trace a sua meta de desenvolvimento pessoal e descubra como atingi-la.

CAPÍTULO 2

Qual a diferença entre desenvolvimento pessoal e profissional

O desenvolvimento pessoal e o profissional estão necessariamente ligados? A resposta é SIM! Eles não só podem como devem andar juntos.

Isso gera muitas dúvidas, porém, apesar desses conceitos estarem interligados, no geral, são diferentes. Não na questão do crescimento em si, mas em relação as áreas de crescimento.

Enquanto um preza mais o lado da carreira, focando no aprendizado para galgar posições maiores em questões de trabalho, por exemplo, o outro foca no crescimento interno do indivíduo permitindo que ele se torne uma pessoa melhor.

Desenvolvimento profissional

O desenvolvimento profissional se relaciona com a profissão que se opta por exercer e, claro, tudo que a envolve como um todo.

Mas não se engane, o desenvolvimento profissional está muito além do que somente fazer aquilo que foi proposto profissionalmente de maneira satisfatória

É necessário ir além da média, tendo desejo de exercer com eficiência, e mais, se aprimorando ao ponto de compreender como um todo as funções que seu cargo exige.

Desenvolvimento profissional exige a busca por capacitação na área de atuação, cursos, workshop, mentoria e tudo que você puder agregar de conhecimento e desenvolvimento de habilidades na sua área de atuação.

No geral, engloba tudo que visa ampliar a sua visão e capacidade dentro da sua área profissional.

Os desenvolvimentos pessoais e profissionais são fundamentais na vida de qualquer pessoa que deseja crescer e atingir seus objetivos.

O desenvolvimento profissional se relaciona mais com recursos técnicos, obviamente com o conhecimento adquirido através de estudos, cursos etc. Enquanto o desenvolvimento pessoal é visto como um conjunto de habilidades (extras) que podem auxiliar tanto na vida particular quanto no trabalho.

Habilidades como boa comunicação, liderança, carisma, gerenciamento do tempo, habilidades interpessoais etc.

Estes são desenvolvidos através de maturidade, experiência de vida e, muitas vezes, provém direto da personalidade do indivíduo.

Contudo, se você deseja mesmo saber o porquê da importância de desenvolver cada um deles, existem alguns motivos. Primeiro, quando você desenvolve ambos, automaticamente você amplia o seu nível de autoconhecimento. Basicamente, se você não se conhece, não sabe onde quer chegar.

Quando você se propõe a se desenvolver pessoalmente e profissionalmente você consegue esboçar seus planos de futuro. É como se você estivesse estabelecendo para si mesmo: “Eu vou fazer isso, porque desejo isso, e com isso desejo chegar em tal lugar”.

Isso é importante porque se você é um profissional que anseia por destaque na sua área, seja escolhendo um nicho ou área pouco explorada para se especializar, fazendo um curso etc., você externa seu desejo de onde quer chegar.

Automaticamente, acaba por se destacar perante os demais.

Por mais que no mercado tenham empresas e profissionais capacitados, e até com o mesmo nível de conhecimento que você, desenvolvendo essas duas áreas você une dois fatores importantes para o sucesso e acaba se destacando

CAPÍTULO 3

9 Passos para se desenvolver e se tornar um empreendedor de alta performance

Não há fórmula para alcançar o desenvolvimento pessoal, mas existem pontos essenciais que você precisa ter em mente para chegar no seu objetivo.

Passo 1 | Autoconhecimento

O desenvolvimento pessoal começa pela autodescoberta. Só com autoconhecimento você poderá analisar de forma profunda as suas qualidades e defeitos e entender o que é preciso melhorar, além de compreender melhor os seus valores, crenças e comportamentos – e, em seguida, esforçar-se para mudar aqueles que são prejudiciais de alguma forma.

O desenvolvimento pessoal envolve o indivíduo como um todo: as suas emoções, a sua cognição, os seus pensamentos e comportamentos. Portanto, é preciso levar todos esses aspectos em consideração e tentar compreendê-los de forma conjunta, para estabelecer metas, elaborar planejamentos e iniciar práticas benéficas.

Mas como investir no autoconhecimento? Veja algumas dicas:

- Pratique meditação;
- Procure um psicólogo;
- Pergunte-se o porquê de sentimentos;
- comportamentos, julgamentos e até mesmo crenças que você possui;
- Questione-se: quais são as suas principais qualidades? Como você pode potencializá-las? Quais são os seus principais defeitos? Em quais deles você sente que precisa trabalhar?
- Use ferramentas que facilitem esse processo, como um diário, mapas mentais ou um aplicativo de celular;
- Ofereça-se compaixão: todos nós temos defeitos, não seja tão duro com os seus;

·Passo 2 | Trace seu Objetivo

Todo projeto precisa ter objetivos, pois sem eles a probabilidade de perdermos o foco é muito grande. Quanto mais detalhados eles forem, melhor será para você.

Coloque seus objetivos em um papel, e trace metas atingíveis, que sejam possíveis de serem realizadas, junto com as metas, estabeleça prazos para cada uma, também possíveis, analise, se pergunte se aquela meta é possível ser cumprida no prazo estabelecido

Quando for delimitar seus objetivos tente responder essas questões, elas podem ser um norte:

- O que eu quero alcançar ?
- Como alcançar os objetivos ?
- Onde desenvolver e utilizar suas habilidades ?
- quando deverá ser realizada a meta ?

Dessa forma é mais difícil você postergar o acontecimento.

Passo 3 | Invista em Você

Há quem goste de investir em lazer, roupas ou bens de consumo. Mas investimento em desenvolvimento pessoal também é muito importante e faz diferença no âmbito profissional e pessoal.

Na carreira profissional, em muitos casos, chega um momento em que se você não tiver conhecimento aprofundado é bem provável que não avance no seu nicho, portanto a capacitação e aprimoramento de habilidades é um dos investimentos que mais trará benefícios a longo prazo, que te auxiliará a exercer um bom trabalho e assim lucrar o suficiente para investir em outras coisas.

Há quem goste de investir em lazer, roupas ou bens de consumo. Mas investimento em desenvolvimento pessoal também é muito importante e faz diferença no âmbito profissional e pessoal.

Na carreira profissional, em muitos casos, chega um momento em que se você não tiver conhecimento aprofundado é bem provável que não avance no seu nicho portanto, a capacitação e aprimoramento de habilidades é um dos investimentos que mais trará benefícios a longo prazo, que te auxiliará a exercer um bom trabalho e assim lucrar o suficiente para investir em outras coisas.

Para isso, pense em:

- Fazer cursos;
- Aprender outro idioma;
- Aprender e desenvolver competências;
- E acompanhar e estudar os desenvolvimentos do nicho do seu negocio para estar sempre equiparado com o mercado.

Passo 4 | Inteligência Emocional

Use o processo de autodescoberta em prol de comportamentos mais saudáveis.

Ao compreender melhor as suas emoções, especialmente as negativas, você poderá aprender a geri-las e a controlar reações automáticas.

Ao entender o que desencadeia sentimentos desconfortáveis e comportamentos que você deseja evitar, é possível preparar-se para lidar de forma mais racional e consciente com esses gatilhos.

Isso é inteligência emocional.

Algumas dicas para te ajudar nessa análise:

- Análise reações e sentimentos negativos, como explosões de raiva, momentos de tristeza e irritação. Não negue as suas emoções e sim tente compreendê-las e após isso, encontre meio de controlar, não o que você sente, mas como você reage a esse sentimento.
- Anote em um caderno pensamentos negativos e analise-os de forma racional.
- Planeje: de que forma você pode se preparar para lidar melhor com os seus sentimentos, reações e pensamentos negativos?

Passo 5 | Leia Livros

Livros são uma enorme fonte de conhecimento. O que está escrito ali pode ser o trabalho de uma vida inteira de vivências, pesquisas, erros ou acertos.

Então, nada de preguiça, para melhorar seu desenvolvimento pessoal é bom se alinhar com boas práticas de leitura.

A leitura é uma chave essencial para qualquer pessoa que deseja realizar um gigantesco progresso na vida. Na verdade, todo grande líder de destaque é um grande leitor.

Podemos aprender tudo o que precisamos para nos desenvolvermos pessoalmente através da leitura. O hábito de ler é sem dúvida o caminho para o autoconhecimento.

Passo 6 | Execute Uma Tarefa De Cada Vez

Você já passou pela experiência de começar algo e não terminar? Se sim, qual foi a sensação depois de alguns meses ou anos? Ruim, certo?

Normalmente nos enchemos de atividades que não agregam valores pessoais e profissionais e acabamos sem tempo para focar no que realmente importa.

Se você ainda dá desculpas do tipo “não tenho tempo”, é bom rever suas prioridades e alinhar suas ações para que realize seus objetivos.

Passo 7 | Aprendizado com os outros

O seu aprendizado com outras pessoas pode ser tanto por meio de palestras com grandes empresários e palestrantes, quanto por uma conversa com a sua avó (que certamente tem opiniões bastante diferentes das suas em relação a um monte de coisas) mas, por outro lado, guarda sabedorias que podem ser importantes para o seu desenvolvimento pessoal.

Aprender com os outros, em especial com aqueles que têm mais experiência do que você, é sempre uma boa contribuição para o seu desenvolvimento.

Ouvir as experiências de outras pessoas, e como lideram com determinadas situações vai te trazer sabedoria para lidar com as suas próprias questões, seja no âmbito profissional ou pessoal.

Passo 8 | Evite procrastinar

É comum do ser humano procrastinar, mas isso acontece quando não temos um plano de ação bem definido para nossas metas.

Portanto, deixe sempre os passos muito bem alinhados, assim não fica nenhuma brecha para qualquer coisa que possa tirar sua atenção.

Se você sofre desse mal, veja algumas dicas para vencê-lo:

- Tome decisões rápidas – algumas decisões são difíceis de tomar, levam um tempo para chegar até a decisão final. Mas, na maioria delas tentamos pensar nas consequências de nossas escolhas e perdemos muito tempo. Para que isso não aconteça, é necessário tomar decisões rápidas (isso não quer dizer que são impensadas);
- Mantenha o foco – nosso dia a dia é composto por inúmeras distrações. Para conseguirmos focar em algo é possível usar algumas ferramentas que podem auxiliar nas tarefas. Um método eficaz e muito utilizado é o Método Pomodoro, que divide a tarefa em fluxos de trabalho para estimular o cérebro e o foco;

• Faça uma coisa de cada vez – é impossível manter o foco em duas coisas ao mesmo tempo e fazê-las bem. Mesmo que você consiga, as chances de sair cansado das tarefas é muito maior, então o foco é essencial.

Passo 9 | Frustração faz parte

Esta é uma das mais importantes dicas de desenvolvimento pessoal: É normal ficarmos chateados por ouvir um não ou por algo não dar certo, mas é necessário aprender a lidar com esses sentimentos.

Quanto melhor você lidar com a frustração mais resiliente fica.

Portanto, esteja preparado para lidar com situações adversas e lembre-se: elas passam e tudo volta ao seu estado de harmonia.

Antes de tomar qualquer decisão, reflita sobre o que aconteceu. Dessa forma é possível entender o porquê algo não deu certo e quais aprendizados tirar desse momento.

**Gostou desse e-book?
Então me siga nas redes sociais,
para mais conteúdos.**

