

07

Fazendo a mudança

Você viu com o Guilherme que mudança é um processo que exige disciplina e um propósito de onde se quer chegar. Todos temos dois mindsets, mas se o mindset de crescimento estiver dominando, estaremos mais abertos ao aprendizado.

Quais são as atitudes que ajudam nesse processo de mudança?

Seleccione 3 alternativas

A Escutar os elogios e reconhecimentos e entender que eles me definem, portanto não há muito a melhorar.

B Perguntar para si: “o que aprendeu hoje?”, “que erros cometí que me fizeram aprender alguma coisa?” “em que teve que se esforçar hoje?”

C Ter coragem para fazer algo novo, sabendo que algo pode dar errado, mas que aprenderá com essa experiência.

D Pedir ajuda para um colega ou gestor para que lhe ajude a perceber seus comportamentos.