

Mentalidade de crescimento: permitindo que as coisas aconteçam na sua vida!

A expressão “**growth mindset**” não possui equivalente em português. Refere-se à **capacidade de possuir uma mentalidade (ou visão de mundo) capaz de absorver as dificuldades e transformá-las em oportunidades de desenvolvimento para novas habilidades, por meio de treinamento, estratégias e busca por ajuda.** Em outras palavras, um sujeito com “**growth mindset**” acredita que **dons podem ser desenvolvidos**, e não se restringem àqueles inatos, o que lhe permite encontrar soluções criativas, **ampliar seu repertório**, estar pronto para aproveitar oportunidades, e **desenvolver redes e processos colaborativos eficientes.** Neste texto, “**growth mindset**” foi traduzido, originalmente, como **mentalidade expandida**, podendo também ser tomado como visão expandida, ou mentalidade de crescimento, esta última sendo uma expressão mais utilizada pela Fellipelli Consultoria Organizacional.

Dois anos atrás já se pesquisava sobre o que acabou se tornando uma tendência no último ano. Uma maneira inovadora de combinar o pensar, o agir, o interagir e o reagir aos fatos, à sociedade e ao mundo do trabalho, nesse novo século de tecnologias e globalização. Por definição, isso é praticar o Futurismo.

Neste texto segue a evolução dessa ideia, uma sugestão de prática, em si mesmo, um diagnóstico para ajudar você a se perceber nesse mundo que muda tanto, a cada dia! Que tal aplicar a teoria da *growth mindset* – **mentalidade de crescimento?** – na sua vida profissional, nas suas decisões, no seu reposicionamento de carreira e/ou de práticas profissionais, ou no que quiser? Cada dica mostra como você deve

trabalhar sua mentalidade em relação a um fato, contexto ou expectativa de mudança.

Você deve estar se perguntando: *“Para que, afinal, eu precisaria desse tal diagnóstico?!”*. Se pensar bem, ninguém precisa de nada, mas todos nós estamos em busca de algo diferente. Isso se chama motivação. Esse texto é motivador na medida em que vai ajudar você a descobrir como sua mentalidade reage ao mundo e ao seu cotidiano. Uma vez feito esse diagnóstico, fica mais claro o que é preciso mudar na sua vida para que as “coisas aconteçam”!

ANTES DE DESCOBRIR SE VOCÊ TEM TENDÊNCIAS À MENTALIDADE DE CRESCIMENTO, É IMPORTANTE DESTACAR QUE TODOS NÓS APRESENTAMOS UMA AMÁLGAMA DAS DUAS MENTALIDADES, A FIXA E A EXPANDIDA. ESSA MISTURA TENDE A EVOLUIR CONTINUAMENTE, COM A EXPERIÊNCIA E O TRABALHO DE APRIMORAMENTO PESSOAL, RUMO AO MÁXIMO DA SEGUNDA E AO MÍNIMO DA PRIMEIRA.

A **mentalidade de crescimento** pura não existe, e reconhecer isso é o ponto de partida para trabalhar com sucesso no reconhecimento dos aspectos de sua vida que já estão preparados para ela. Da mesma maneira, é necessário mapear os aspectos pessoais que nos arrastam na velha **mentalidade fixa** e desenvolver estratégias para transformá-los, revertendo-os em mentalidade de crescimento.

DICA 1: Se ninguém tem 100% de mentalidade de crescimento, e se somos seres de hábitos (e somos!), *comece identificando, em seus hábitos mais comuns, os aspectos apresentados nos passos seguintes.* Em geral, lançar mão de recursos visuais e organização de ideias (*post-it*, anotações em cadernos de notas, por exemplo), para trazer esses comportamentos à consciência, ajudam a mapear sua mentalidade de forma mais eficiente. **Criar, sonhar, planejar, desenhar, acreditar, solucionar, agregar e desafiar são verbos que traduzem o início desse diagnóstico. Use-os para analisar onde você está, para onde deseja seguir, e qual a meta que deseja alcançar.** Assim, clara e objetivamente!

Passo 1: você acredita que pode desenvolver novos talentos e habilidades?

Mentalidade de crescimento é um comportamento, uma atitude, e não, um conteúdo ou conhecimento. É uma forma dirigida e mais abrangente de agir e de pensar, que abre espaço para mudanças no comportamento pessoal e que, por sua vez, acabam por mudar os processos ou a forma pela qual você atua no seu meio pessoal/profissional, potencializando os resultados ao final dessa cadeia de atitudes.

“(...) PESSOAS QUE ACREDITAM QUE SEUS TALENTOS PODEM SER DESENVOLVIDOS POR MEIO DE TREINAMENTO INTENSIVO, BOAS ESTRATÉGIAS, E PROCESSOS COLABORATIVOS DE APRENDIZAGEM POSSUEM UMA FORMA MAIS EXPANDIDA DE VER AS COISAS (OU GROWTH MINDSET).

ELAS TENDEM A ALCANÇAR MAIS RESULTADOS QUE AQUELES COM UMA MENTALIDADE FIXA, OU SEJA, AQUELES QUE ACREDITAM QUE SEUS TALENTOS SÃO DONS INATOS (FIXED MINDSET). ESSA DIFERENÇA ACONTECE PORQUE AQUELES DOTADOS DA MENTALIDADE DE CRESCIMENTO PREOCUPAM-SE MENOS COM PARECER INTELIGENTES E COLOCAM SUA ENERGIA NA APRENDIZAGEM” – Carol S. Dweck

Por essa razão, você tem mentalidade de crescimento quando acredita que não é um produto finalizado de sua vida, mas sim, um processo em constante evolução. Quando aceita que é capaz de agregar mais valores àqueles que já possui hoje, e que pode fazer coisas que nunca pensou/estudou antes, simplesmente pelo fato de que os desafios podem lhe fazer crescer, e levar você a um nível acima do que se encontra hoje.

DICA 2: Todos podemos desenvolver novas habilidades, competências, atitudes. Alguns de forma mais rápida que outros, em determinados aspectos, mas todos nós somos capazes. Se você parou algum projeto profissional, pessoal, afetivo ou familiar porque “não sei ser/fazer isso ou aquilo” você está trabalhando com mentalidade-fixa. Inverta a proposta e pense “*como posso aprender a desenvolver essa ou aquela habilidade para levar adiante tal projeto*”? **Aprender, apreender, treinar, capacitar, estudar, desenvolver, praticar e fazer são os verbos que definem atitudes dessa característica da mentalidade de crescimento. Vá em frente: voe!**

Passo 2: você busca por colaborações complementares às suas competências para desenvolver projetos melhores e mais eficientes?

Embora todos nós possamos desenvolver novas competências, quando trabalhamos no seu aprimoramento, há momentos em que devemos discernir entre o perseverar e o insistir, em função de prazos, objetivos e resultados. Os melhores resultados, em qualquer projeto, são aqueles desenvolvidos **solida**riamente, e não, **solita**riamente. Uma letrinha que faz toda a diferença do mundo!

DICA 3: Vivemos os tempos de unir forças para atingir propósitos com maior eficiência e menor tempo, para mais pessoas a custos menores, com mais tecnologia. Se suas práticas apontam para esse caminho, você marcou seu segundo ponto a favor da mentalidade-expandida. Delegar, desapegar, somar, multiplicar, agilizar, distribuir, ampliar e f-a-z-e-r são os verbos dessa competência. Use-os sem moderação!

Passo 3: você é capaz de aceitar desafios para superar seus limites atuais e desenvolver novos valores e perspectivas?

Aqui é preciso trazer, novamente, as palavras da autora do conceito de mentalidade de crescimento:

“QUANDO ENFRENTAMOS DESAFIOS, RECEBEMOS CRÍTICAS, OU QUANDO NOSSO DESEMPENHO É BAIXO EM COMPARAÇÃO

AO DOS COLEGAS, FACILMENTE CAÍMOS NA DEFENSIVA OU NA INSEGURANÇA, UMA RESPOSTA QUE INIBE A EXPANSÃO”

Aceitar o erro como uma forma de aprender, reconhecer a lição e tentar novamente, desenvolver a resiliência e fazer de cada nova tentativa um desempenho aprimorado. Isso resume enfrentar desafios. Você é capaz de pensar e agir assim?

Superar limites gera críticas. Sair do “normal” gera julgamentos. Ser diferente gera comparações. Quem tem (ou quer desenvolver) mentalidade de crescimento precisa saber lidar com os desafios, os limites e a adversidade. Na verdade, é uma combinação das características anteriores que completa o ciclo, todas convergindo para novas atitudes diante dos velhos fatos.

DICA 4: O novo século trouxe uma vida diária de desafios. Em 2005 todos pensavam que celulares eram aparelhos para fazer/receber chamadas telefônicas. Mas, em 2009, todos já tinham se adaptado ao conceito do chamado *smartphone*. Todos nós superamos limites diariamente porque encaramos pequenos desafios. **E só os superamos porque não os consideramos desafios, mas sim, “adaptações” necessárias.** Pois bem: use esse pensamento para todas as transformações que você quer ver em sua vida e considere-as adaptações. Supere-as e surpreenda-se com como será cada vez mais fácil e mais simples encarar desafios e transformar cada pequeno aspecto de sua vida, até que sua vida inteira se transforme naquilo que você projetou para si mesmo.

Gostou? Pratique isso para cada aspecto, para cada sonho, para cada projeto, e vai descobrir um mundo totalmente novo e inexplorado dentro de si mesmo. Seja futurista da sua própria vida e veja as coisas acontecerem em sua vida, a partir de agora!

*Texto escrito por Denise da Vinha, em Setembro de 2016, especialista em Metodologias Ativas de Aprendizagem e em Design Thinking for Education. Ela publicou em seu blog, uma versão em português para o texto publicado originalmente pela Harvard Business Review, intitulado **What Having a “Growth Mindset” Actually Means**, de autoria da Profa. Dra. Carol Dweck.*

Fonte: <http://ofuturodascoisas.com/mentalidade-expandida-um-jeito-futurista-de-fazer-as-coisas-acontecerem>