



Seja você o Protagonista de sua Vida

Em um mundo de muitas mudanças e de grandes necessidades de adaptação, torna-se cada vez mais importante a preparação para enfrentarmos um mundo de tantos desafios. Uma das formas de buscar tal preparação, sem dúvida, é por meio de atitudes de protagonismo. Mas a final, do que se trata esse tema?

A palavra Protagonista vem do grego *protagonistés* e é formada pela junção dos termos *proto*, que significa primeiro ou principal e *agon*, que significa luta.

Surgiu para se referir ao primeiro ator do drama, para falar de uma personagem principal de uma peça teatral, de um filme ou de um romance. É a pessoa que desempenha ou ocupa o primeiro lugar em uma situação, acontecimento e história.

Uma pessoa que tem uma ação protagônica é aquela que se apropria de tudo que é preciso. É a que assume para si o que deve ter feito e vai lá e faz, assim ela toma em suas mãos a sua própria vida.

Agir com atitudes de protagonista da própria vida é um dos caminhos para alcançar realização dos sonhos, para a evolução e a preparação para um mundo instável que muda rápido.

É muito comum ler ou ouvir professores, palestrantes e escritores dizendo ou mesmo aconselhando pessoas para sejam protagonistas de sua história e para que assumam as rédeas da sua vida.

Essa é uma recomendação desafiadora por várias razões, pois em função de nossa história cultural, da educação que recebemos em casa ou pela influência social, de um modo geral, nós aprendemos mais esperar que as mudanças aconteçam do que de termos ações para construir o que almejamos.

Então, como fazer para não ficar esperando que as coisas mudem para o que queremos?

É preciso ter atitudes e fazer o que é preciso ser feito, pois é só por meio das próprias decisões, dos posicionamentos e das ações que é possível atingirmos os objetivos e sonhos. Isso sim irá fazer com que possamos ter atitudes de “dono” e de “ator” de sua própria história.

Para ampliar o entendimento dessa idéia, apresento algumas recomendações, que a meu ver, poderão propiciar reflexões e ações de protagonismo. São elas:

Pro atividade: É a necessidade de manter-se ativo, antecipando-se aos fatos, atento aos acontecimentos e de olhos nas oportunidades. No ser humano proativo, a ação é sempre mais forte do que a reação. Isso é chamado de VISÃO DE FUTURO.

Atitude: Procure identificar seus sonhos e definir metas, definir um plano de vida pessoal e profissional. Quando você sabe exatamente aonde quer chegar e o que fazer para chegar lá, vai tomar as atitudes necessárias para transformar idéias em ações concretas. Atitude é um dos principais pilares do protagonismo. Isso é chamado de AÇÃO.

Otimismo: Olhar o mundo de forma otimista é agir com vontade de abandonar posturas de quem reclama muito e que realiza mais. Com isso, você poderá torna-se parte integrante de uma classe privilegiada. A classe dos que têm motivação para se preparar para as oportunidades. Pessoas com essas características não se acomodam e procuram alternativas para atingir seus sonhos. Isso pode ser chamado de SUPERACÃO.

Paixão: Vem da necessidade em querer ser uma pessoa que está constantemente aprendendo. Vem da vontade e da coragem de querer construir um mundo melhor. Isso pode ser chamado de DETERMINAÇÃO.

Posicionamento: É a capacidade de expressar e de agir com aquilo que é mais indicado fazer, falar ou decidir. É tomar um partido de uma situação. Entendo que até quando alguém não expressa o que pensa e o que quer, essa pessoa está tomando uma posição. Nesse caso, a de ficar calado, com isso, deixa para os demais fazer o que deve ser feito. Quando diante de uma situação em que necessite de um posicionamento, reflita sobre sua postura, suas decisões e observe qual é a sua parte no contexto. Isso pode ser chamado de RESPONSABILIDADE.

Realização: Qualquer coisa que você faça em sua vida pessoal ou no trabalho, poderão proporcionar um feito, o sentido de contribuição e de mudança para melhor. Aspectos essenciais para quem deseja ir além da sobrevivência, que quer deixar sua marca e construir um legado. Isso pode ser chamado RESULTADOS.

Então, como desenvolver maior protagonismo? Aqui vão algumas de minhas recomendações:

- ✓ **Seja você mesmo.** Isso exige coragem. Em um mundo bombardeado de informações e mensagens querendo que você seja tudo menos o que você deseja ser, manter autenticidade é um verdadeiro desafio, mas é necessário.
- ✓ **Participe.** Quanto mais você tem conhecimento, informação e mais você os colocarem em prática, mais experiente e apto você se tornará para poder interferir na realidade e construir um resultado que você almeja. Participar é não assistir os problemas e as situações. É interferir para ajudar construir algo que você acredita ser melhor. Isso vale para todas as áreas de nossas vidas.
- ✓ **Posiciona-se.** Assumindo as conseqüências dos seus atos. Não se omita, pois não dizer o que pensa sobre determinada situação é dar para o outro a oportunidade de conduzir a sua vida. Mesmo que você pense totalmente diferente, fale de suas idéias, pois você não está contra alguém e sim expondo uma visão diferente.
- ✓ **Assuma responsabilidades.** Não arranje justificativas ou coloque a responsabilidade de tudo o que acontece com você nos demais e no ambiente externo. Procure descobrir qual é a sua parte na situação. Se você fizer isso, poderá deparar com evidências de que você é o único dono de sua vontade e de suas idéias. Com isso, estará se apropriando mais de sua própria vida.

A vida é feita de mudanças iniciadas por nós ou não, querendo ou não elas acontecem, então que tal tomar nas mãos a própria vida e agir não apenas contando com a sorte e com o acaso. Acredito que as coisas boas acontecem com aquelas pessoas que estão mais preparadas e que enxergam oportunidades para fazer acontecer aquilo que almejam. Então, seja você um protagonista de sua vida.

É Psicóloga com abordagem em Psicoterapia Cognitiva Comportamental. É Coach com atuação com coaching pessoal e programas voltados ao mundo do trabalho – carreira, desempenho, desenvolvimento de líderes, de times, análise de perfil e Potencial.

e-mail: sindesenvolvimentohumano@gmail.com