

FAÇA UM AUTODIAGNÓSTICO

TRANSIÇÃO PARA UM TRABALHO COM SIGNIFICADO

By Lella Sá

O QUANTO VOCÊ VIVE UM TRABALHO COM SIGNIFICADO?

Faça seu auto diagnóstico para ter clareza dos principais pontos que você precisa cuidar para ter um trabalho com significado e um estilo de vida com propósito.

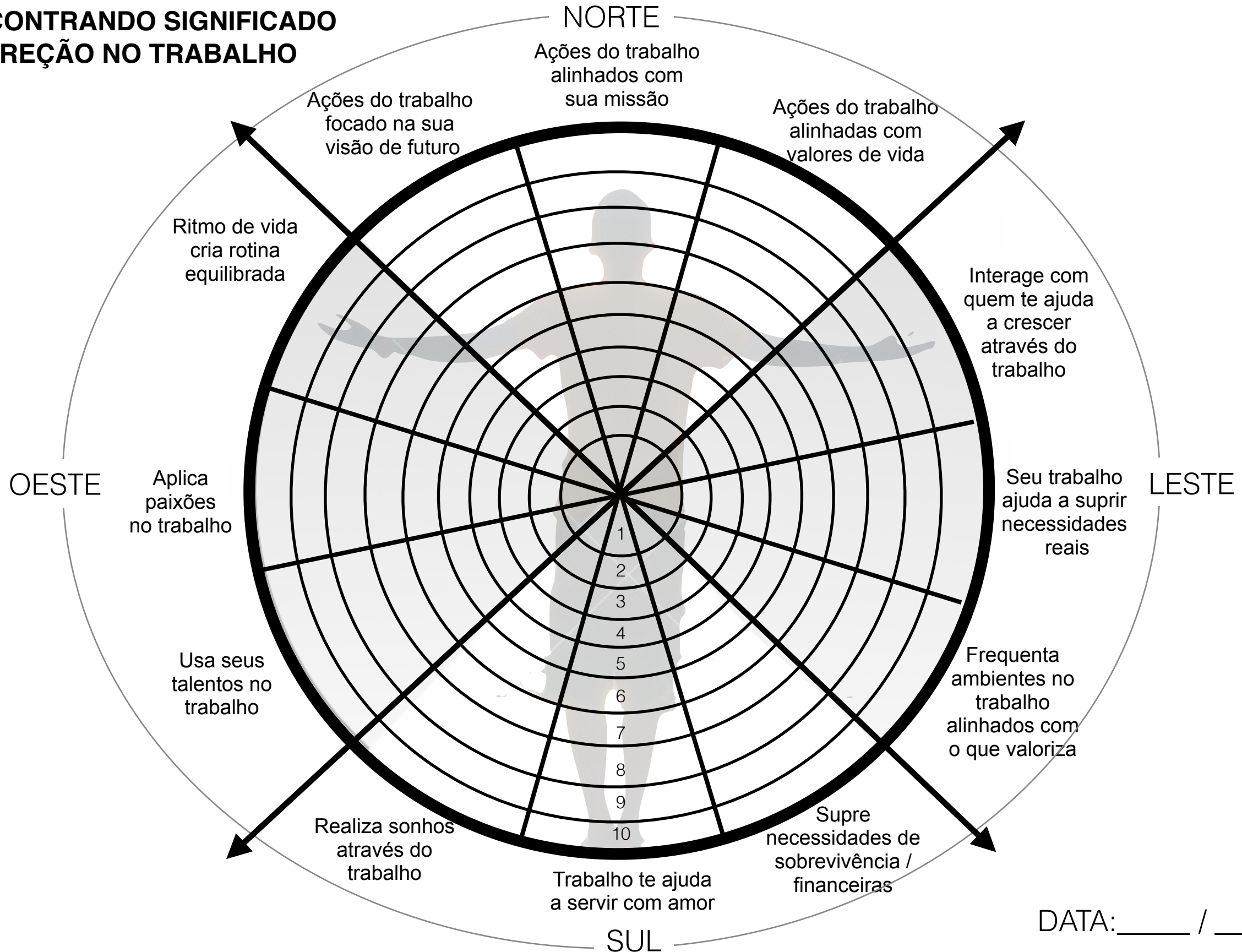
1. Pinte a roda da página seguinte seguindo as instruções abaixo.

Avalie cada aspecto de 1 a 10, sendo 1 o mínimo e 10 o máximo.

2. Após pintar cada um, observe a sua roda. Analise: Quais são os 3 aspectos que estão menores em comparação com os outros? Esses são os aspectos que necessitam de cuidados. Quanto mais eles se igualarem com os outros, mais harmônico estará a sua vida. O objetivo é que todos os aspectos tenham o mesmo tamanho. Depois disso, o foco é chegar no 10. Quanto mais equilíbrio entre eles, mais fácil será fazer a roda girar.

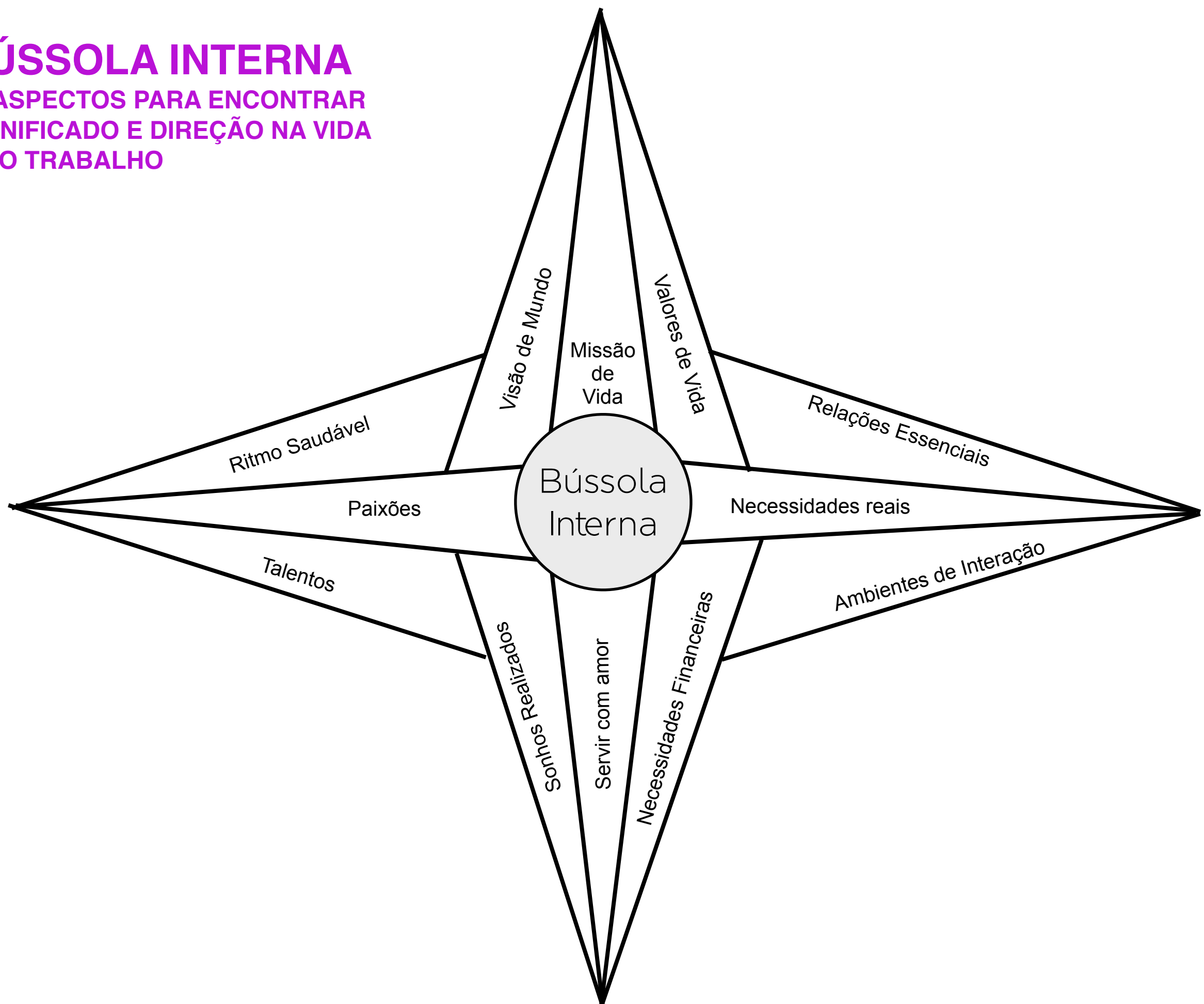
DIAGNÓSTICO DA SUA BÚSSOLA INTERNA HOJE

ENCONTRANDO SIGNIFICADO E DIREÇÃO NO TRABALHO

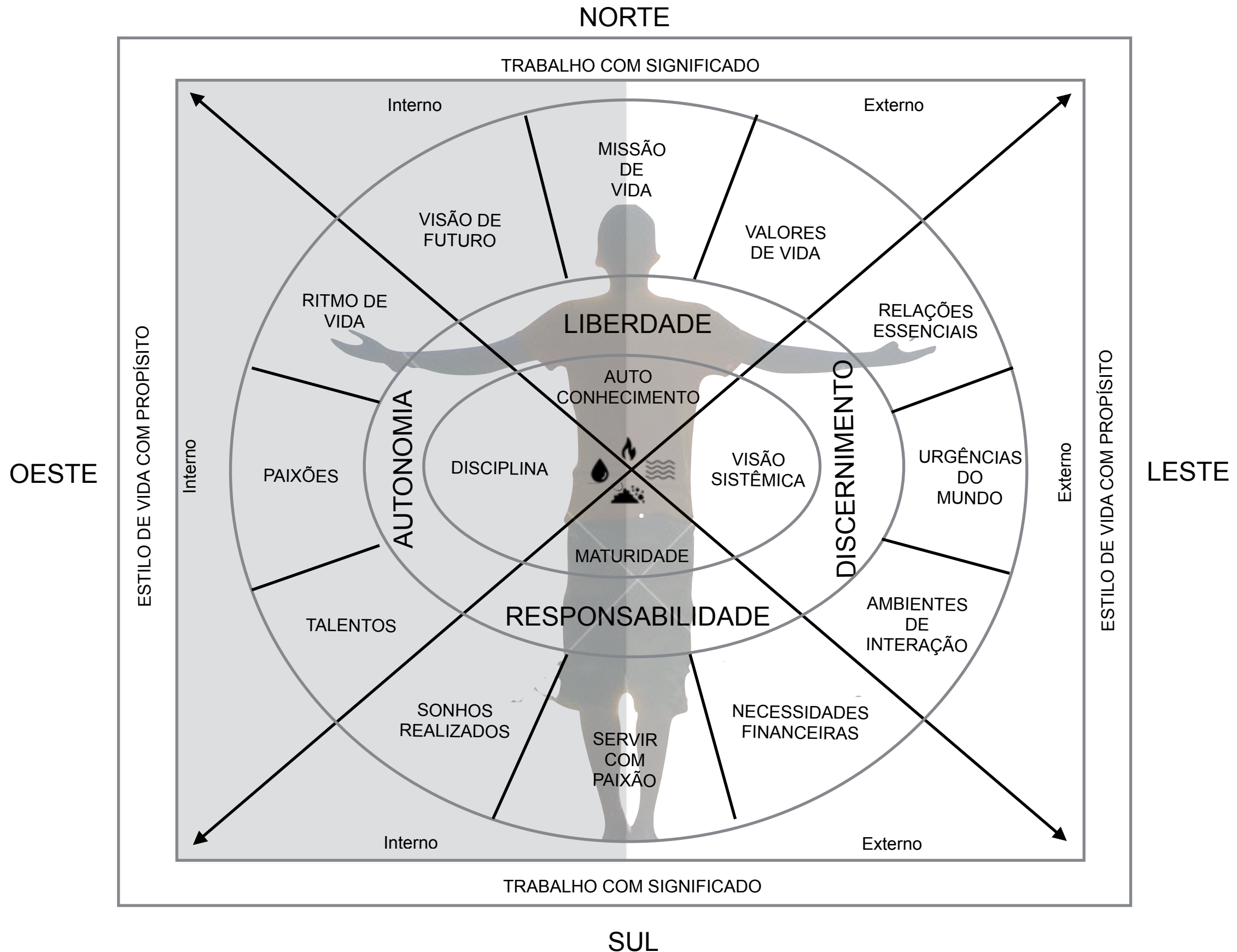


BÚSSOLA INTERNA

12 ASPECTOS PARA ENCONTRAR
SIGNIFICADO E DIREÇÃO NA VIDA
E NO TRABALHO



FUNDAMENTOS ARQUETÍPICOS DA BÚSSOLA INTERNA



BÚSSOLA INTERNA

Metodologia para descobrir o que faz sentido e tem significado

Criar um Trabalho com Significado envolve, primeiramente, descobrir o que tem significado para desenvolver uma atividade que faça sentido. Cada indivíduo tem uma visão de mundo e carrega valores próprios mas nem sempre há clareza sobre esses aspectos.

Por isso que a Bússola Interna poderá te ajudar! O objetivo dela é investigar os principais aspectos para criar um Trabalho com Significado.

A Bússola Interna tem quatro direções que representam os quatro elementos e as dimensões da vida e em cada direção possui 3 aspectos. Elas são estreitamente entrelaçadas tornando difícil explicá-las separadamente, embora seja importante distingui-las entre si.

O NORTE

Representado pelo elemento fogo, é a dimensão espiritual. É a principal direção que orienta a vida. É a parte que contém as ideias, os ideais e a configuração das relações que determinam as características essenciais de cada indivíduo e formam a sua individualidade, ou seja, a sua identidade que contém o que é de mais autêntico.

Aspectos do Norte:

- Visão de Mundo e Futuro Desejável
- Valores de Vida
- Missão de Vida

Sem desenvolver os aspectos do Norte dificulta compreender o que é preciso para viver com um propósito maior. Se bem investigada é possível fortalecer a Liberdade para exercer a sua intenção de vida.

O SUL

Representado pelo elemento terra, é a dimensão física. É a incorporação dos padrões da organização interna. É a dimensão que dá forma aos recursos disponíveis, ou seja a matéria prima como o tempo de vida e a energia vital. Atua sob a lei da gravidade necessitando de materialização e consistência dentro de um tempo e um espaço para que as atividades sejam mensuráveis e palpáveis.

Aspectos do Sul:

- Suprir necessidade financeiras
- Servir com Paixão
- Realizar Sonhos

Sem desenvolver os aspectos do Sul prejudica uma materialização e concretude dos objetivos. É preciso compreender que tudo que acontece, sem exceção, é uma Responsabilidade individual.

O LESTE

Representado pelo elemento ar, é a dimensão social. É regida pelo envolvimento nas relações, emoções e sensações causadas pelo externo. É a dimensão que compreende que tudo o que acontece na vida é entre as pessoas. Por isso, existem elementos que ligam o mundo interno com o externo como a esperanças, expectativas, conflitos e comunicação.

Aspectos do Leste:

- Suprir necessidades reais individuais e da sociedade
- Interagir com pessoas que ajudam no crescimento pessoal
- Frequentar ambientes alinhados com os valores

Sem desenvolver os aspectos do Leste afeta a criação de relações verdadeiras e de estar a serviço do que realmente precisa ser feito na atualidade. Por isso é tão importante trabalhar o Discernimento para sanar urgências do mundo.

O OESTE

Representado pelo elemento água, é a dimensão cognitiva. Aquela que carrega os comportamentos internos. São os processos vitais para a criação de um Trabalho com Significado. Esses processos criam fluxos e iniciam atividades que deveriam ser regidas pelo norte da Bússola.

Aspectos do Oeste:

- Equilibrar o Ritmo de Vida equilibrado
- Aplicar as Paixões
- Aplicar os Talentos

Sem desenvolver o Oeste não fortalece as capacidades de entregar algo de valor para o entorno e também não agrega no desenvolvimento da autonomia para realizar o que faz sentido.

RESUMINDO

A conexão do Leste com o Oeste é a conexão do indivíduo com a sociedade. A conexão do Norte com o Sul é transformação de ideias em ações.

O alinhamento do Norte com o Sul e o Leste com o Oeste é a busca para viver com mais propósito e um ter um Trabalho com Significado.

Cada um dos 12 aspectos da Bússola Interna tem ferramentas e exercícios para descobrir e investigar si mesmo e entender o que é significativo para cada indivíduo. Para então, criar um Trabalho com Significado.

Após o entendimento sobre esses 12 aspectos, é possível começar a segunda parte da metodologia que é compreender as limitações individuais que impedem de viver o futuro que deseja.

A CRIAÇÃO DA BÚSSOLA INTERNA

Eu queria mudar. Estava insatisfeita com o jeito que minha vida estava configurada mas não sabia bem quais eram os aspectos que precisariam melhorar para eu me sentir bem, em paz e integrada com o que tinha significado para mim. Como eu acredito que o trabalho é uma grande forma de manifestar quem somos no mundo, fazia muito sentido buscar formas de trabalhar com o que eu amava, mas mesmo assim, não sabia direito o que eu amava fazer.

Então iniciei uma pesquisa sobre o entendimento da vida e do desenvolvimento do ser humano para compreender os passos que eu precisava dar em direção a minha mudança para ser uma pessoa mais satisfeita comigo.

Meu maior medo desde quando larguei a minha primeira carreira, como modelo, era não conseguir fazer a diferença no meu entorno. Não queria só viver uma vida medíocre em que dinheiro, status, poder e vaidade eram os meus indicadores de sucesso. Eu queria propósito, realização e verdade. Eu queria transformar a minha volta. E esse foi a minha motivação na busca. A partir de 2008 comecei a entrar em contato com o universo de desenvolvimento humano, espiritualidade, inovação e empreendedorismo.

Busquei várias fontes para responder a pergunta “Qual trabalho pode fazer sentido com o âmago do meu ser?”. Ela foi norteadora para fundamentar a minha pesquisa e a consequência foi a criação da Bússola Interna.

Ela é uma síntese dos meus aprendizados dos últimos anos e se tornou uma metodologia que ajuda a desvendar os principais aspectos para levar uma vida com propósito.

As pessoas essenciais que fizeram parte dessa caminhada, em ordem cronológica, foram a Blenda Oliveira na Casa Movimento; Ivan Boscarol na Hub Escola; Allan Kaplan e Sue Davidoff no Proteus Institute; A formação Usina de Idéias na Artemísia; Henrique Pistilli e o Marcos Vianna na IOU; Robert Happé do CEE; Jaime Moggi, Jair Moggi, Daniel Bukhard, Marcus Baptista, Filomena Rosa e Luiz Antônio na Adigo; Fabio Novo escritor do Holoplex; Lucas de Abreu Pinto, Raquel Rosenberg, Thatiana Passi na criação do movimento EvoluSomos; Marcelo Sando filósofo; Oswaldo Oliveira no Programa Empreender-se; Mari Pelli, Giovana Camargo, Camila Haddad, Anna Haddad na Laboriosa, 89; Larusso e Gui Neves nos círculos de confiança do Estaleiro Liberdade.

A experimentação e interação com pessoas que me inspiravam e me ajudavam a me desenvolver foram essenciais no processo de criação. Essas possibilidades me levaram a entender melhor os aspectos da vida que precisam ser olhados com consciência para que ela faça sentido. Mapeei as dimensões que, para mim, são essenciais na criação de um trabalho com significado para não viver a vida em vão. Integrei as informações das teorias que entrei em contato e comecei a sintetizar a essência na criação de esquemas para facilitar minha compreensão dos padrões arquetípicos que eram regidos em relação ao ser humano e seus comportamentos. Inicialmente fiz com intuito de me entender. Até que eu percebi que esses esquemas poderiam ser úteis para outras pessoas também.

Por fim, baseado na antroposofia juntei os esquemas da minha pesquisa e surgiu a Bússola Interna. Atualmente ela virou minha metodologia-base para ajudar outras pessoas a desenvolver autonomia com autoria para criar um trabalho com significado e viver um estilo de vida com propósito.

Resultado: O ideal é fazer as coisas para suprir nossas próprias necessidades. Se forem verdadeiras, as soluções poderão se tornar úteis para outras pessoas também.



LELLA SÁ

Uma ponte para fazer o que ama



Criei a Bússola Interna, uma metodologia baseada na antroposofia para empreender a própria vida e me dedico diariamente ao fortalecimento de mulheres, levando em consideração a complexidade de seu papel na sociedade como profissional e, possivelmente, como mãe. Já empreendi diversos projetos e atualmente estou a frente da Casa Cuore, uma comunidade de desenvolvimento da potência focado na mulher. É um espaço integrado para adultos e crianças desenvolverem protagonismo, autonomia, liberdade, senso crítico e inteligência emocional com base no convívio social.

lellasa@lellasa.com

**TRABALHO COM SIGNIFICADO
É CUIDAR DOS 12 ASPECTOS
DA BÚSSOLA INTERNA**

Você já sabe o caminho para isso?

Se precisar de alguma ajuda, me mande um email!

lellasa@lellasa.com

www.lellasa.com