

INFORMAÇÕES

MÓDULO	AULA	INSTRUTOR
01 Mindset	1 - Conceitos iniciais	Fabrício Felipe

CONTEÚDO

Treinamento Comportamental - FMX Academy
Baseado no livro 'Mindset: A Nova Psicologia do Sucesso', de Carol Dweck.

1. O que é Mindset?

Mindset é o conjunto de crenças e atitudes mentais que moldam a forma como percebemos a realidade, reagimos aos desafios e direcionamos nossas decisões. Segundo Carol Dweck, psicóloga da Universidade Stanford, o mindset influencia diretamente o comportamento, a motivação, a resiliência e a capacidade de aprender. É uma lente invisível, porém poderosa, que afeta todos os aspectos da nossa vida pessoal e profissional.

2. Mindset Fixo vs. Mindset de Crescimento

O mindset fixo é caracterizado pela crença de que nossas capacidades são estáticas e imutáveis. Já o mindset de crescimento entende que o esforço e a persistência são os principais fatores de sucesso. Pessoas com mindset fixo evitam desafios, resistem a críticas e tendem a desistir facilmente. Em contrapartida, indivíduos com mindset de crescimento veem os erros como oportunidades de aprendizagem, persistem mesmo diante de fracassos e buscam constantemente evoluir.

3. Impacto do Mindset no Desenvolvimento Profissional

No ambiente corporativo, profissionais com mindset de crescimento demonstram maior adaptabilidade, são mais receptivos a feedbacks, colaboram com os colegas e apresentam maior engajamento com metas de longo prazo. Eles também costumam ter trajetórias mais sustentáveis de carreira, pois estão abertos à aprendizagem contínua (lifelong learning), ao reskilling e ao upskilling. Em áreas como a tecnologia, onde a inovação é constante, esse tipo de mentalidade é um diferencial competitivo.

4. O Caso da Microsoft

Em 2014, Satya Nadella assumiu a liderança da Microsoft com uma proposta revolucionária: transformar a cultura da empresa através do mindset de crescimento. Inspirado pelo livro de Carol Dweck, ele incentivou a colaboração, desfez silos organizacionais, valorizou a aprendizagem sobre a perfeição e reorientou a companhia para o foco em pessoas e clientes. O resultado foi um crescimento de valor de mercado de US\$ 285 bilhões para mais de US\$ 3 trilhões em 10 anos, consolidando a Microsoft como referência em inovação e cultura organizacional.

5. Desenvolvendo o Mindset de Crescimento

- Reconheça padrões de pensamento limitantes.
- Substitua crenças fixas por crenças que valorizem o processo de aprendizagem.
- Celebre esforços e progressos, não apenas conquistas.
- Solicite e valorize feedbacks construtivos.
- Cerque-se de pessoas com mentalidade de crescimento.
- Estabeleça metas desafiadoras, mas realistas.
- Adote o erro como parte do processo.
- Pratique a autorreflexão regularmente.

6. Atividade de Reflexão

Lembre-se de uma frase ou experiência marcante da infância ou início de carreira. Ela ajudou a construir um mindset fixo ou de crescimento? Reflita sobre como isso impacta suas atitudes hoje.

Exemplo: “Você é muito inteligente” (pode gerar aversão ao erro) vs. “Você se esforçou bastante” (reforça o valor do esforço).

7. Plano de Desenvolvimento Individual

Preencha este pequeno plano pessoal com base na autorreflexão:

- Uma área em que reconheço um mindset fixo: _____
- Um pensamento limitante que quero transformar: _____
- Um novo pensamento para praticar: _____
- Uma ação prática que posso aplicar esta semana: _____

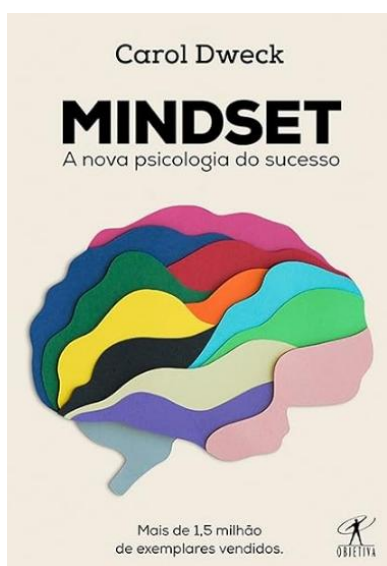
8. Conclusão e Frase de Encerramento

Adotar o mindset de crescimento é mais do que uma mudança de perspectiva: é uma escolha consciente que demanda esforço, consistência e autorresponsabilidade. Ao assumir que podemos aprender e evoluir continuamente, passamos a enxergar oportunidades onde antes víamos barreiras.

“Não é o talento que determina onde você chega, mas a sua disposição de crescer e aprender com cada passo.”

Conteúdo indicado para reflexão e estudos:

Livro:



Link: <https://www.amazon.com.br/Mindset-Carol-S-Dweck/dp/8547000240?author-follow=B001H6UR6S>

Audiobook:



Link: https://www.youtube.com/watch?v=NtpbVQtZc_8&t=7981s

Podcast:



Link: https://www.youtube.com/watch?v=GiYG9_xbz4U&t=2044s

Avaliação do treinamento:

Não se esqueça de avaliar o treinamento:



Até a próxima, pessoal!