

FRASES DO BEM - MOTIVAÇÃO

Cláudia Medeiros de Oliveira^{a*}, Elizabeth Masotti^a, Rodrigo Bacca Fonseca^a

a) Centro Universitário da Serra Gaúcha - FSG

*Autor correspondente (orientador)

Cláudia Medeiros de Oliveira, endereço: Rua Os Dezoito do Forte,
2366 - Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472

Palavras-chave:

Felicidade. Motivação. Pessoas.
Psicologia.

INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA: Da busca de melhorias que contribuam com a valorização e da qualidade de vida das pessoas, fundamentais em todas as etapas dos processos socioeconômicos, nasceu o projeto Frases do Bem. Este projeto contribui para a valorização do capital intangível das empresas, as pessoas, trabalhando com conceitos da psicologia motivacional, proporcionando a reflexão e melhoria dos relacionamentos interpessoais e desenvolvendo a motivação e o bem-estar de pessoas e equipes através fixação e distribuição de frases motivadoras e inspiradoras em ambientes estratégicos. Além disso, o grupo realizou a dinâmica do espelho, com uma turma do curso de psicologia do Centro Universitário da Serra Gaúcha. Esse projeto tem interessado cada vez mais as organizações e as pessoas até porque as empresas perceberam que nada mais são do que um conjunto de pessoas, e as pessoas estão buscando, cada vez mais, a felicidade. Hoje não podemos mais separar produtividade de felicidade. É impossível ser uma pessoa produtiva se não for feliz (MUSSAK, 2005). Soluções que operam para área da psicologia motivacional podem contribuir para a melhor compreensão do outro, um dos aspectos mais importantes das relações humanas, a aptidão para sentir o que os outros pensam e sentem (MINICUCCI, 2009). Através da leitura de uma frase de conteúdo motivacional, o leitor em questão poderá se sentir mais feliz, inspirado, otimista ou motivado, causando uma reação em cadeia em todo o grupo de trabalho, fazendo assim o ambiente se tornar mais agradável e produtivo para todos. Esta é uma alternativa simples que pode ser implantada por qualquer empresa, por apresentar baixo custo e contribuir para a melhoria do convívio social, e da saúde mental de cada indivíduo, sem proporcionar qualquer ônus. Seu maior objetivo é contribuir com para a boa disposição física e mental da população, com a distribuição de frases para a sociedade de forma ampla, para atingir o maior número de pessoas possível. Fazendo o bem sem olhar a

quem. **MATERIAL E MÉTODOS:** Com base nos ideais do projeto, a citação inicial do plano de ação 2014 do Senac-RS define bem a relevância do mesmo: “Não são os bons resultados que deixam as pessoas felizes. São as pessoas felizes que fazem a organização atingir os bons resultados. ” Criar e aplicar dinâmicas que fortalecem o relacionamento interpessoal pode ajudar as corporações a obter melhores resultados. Assim, quando trabalhamos o desenvolvimento do ser humano, devemos trabalhar seu desenvolvimento como um todo, buscando contribuir para a melhora da qualidade de vida da sociedade. O projeto utilizou frases que passaram por um processo de seleção a partir de conceitos da psicologia motivacional para então, serem diagramadas e impressas utilizando conceitos de design gráfico. A dinâmica ocorreu com ajuda de vários professores da faculdade. Foi utilizado um boneco da turma de enfermagem, uma maca, um pano, e um espelho. Inicialmente alunos entravam individualmente na sala com pouca luz, sendo guiados por um colega até a maca para ver quem havia falecido e que estava impedindo o crescimento pessoal deles. Ao erguer o pano, os alunos viam o seu próprio reflexo no espelho. A dinâmica foi realizada junto com a distribuição de frases de motivação, para motivar os estudantes a não desistir de suas metas. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** É fácil notar a reação das pessoas ao receberem uma frase, quando se entrega um papel, na maioria das vezes julgam antes de o vê-lo como uma propaganda, a sociedade se surpreende quando percebe que acabou de receber algo que pode contribuir para a melhora do seu dia a dia, mostrando a elas que tem alguém que se preocupa com sua felicidade. Muitas vezes na correria do dia a dia as pessoas acabam deixando de lado pensar em coisas boas, e focam apenas no seu trabalho ou estudo, mas como o foi relatado anteriormente, é difícil ser uma pessoa produtiva se você não é feliz. Atualmente foram distribuídas mais de 1500 frases para a população de Caxias do Sul e região. **CONCLUSÃO:** O projeto vem sendo executado com êxito, porém no decorrer do processo foi encontrada uma dificuldade em obter patrocínio. Encontrar apoiadores pode ter sido a parte mais difícil da execução do projeto. Entretanto, com um pouco de empenho, firmou-se parceria com a Gráfica JM, que doou mais de 1500 frases impressas para o projeto, e também a VISATE, SENAC RS e a Fatho turismo que distribuíram frases para seus colaboradores. O SENAC levou o projeto para participar de uma feira em 2015, onde conquistou o 1º lugar no eixo comunicação e informação, por ser um projeto simples, com baixo custo e sem fins lucrativos.

REFERÊNCIAS

INGHAN, G. Dia a dia no trabalho. **Você sabe motivar pessoas?** 1 ed. São Paulo, Senac, 2012.

MUSSAK, E.; OLIVEIRA, M. **Saiba como ter mais qualidade de vida com saúde, alegria e equilíbrio.** Guia SERASA de orientação ao cidadão. Serie SERASA cidadania, 2005.

MINICUCCI, A. **Relações Humanas.** 6 ed. São Paulo: Senac, 2009.

FURASTÉ, P. **Normas técnicas para o trabalho científico:** explicitação das normas da ABNT. Porto Alegre: [s.n.], 2002.