

Existe chance para o erro?

Resumo

O erro faz parte do processo!! Essa é uma frase bem comum e que muita gente não entende seu real significado e, por medo, deixa de fazer um montão de coisas. Errar faz parte e, muitas vezes, não tem como evitar. Você pode aprender muito com seus erros! Já falamos do conceito de Growth Mindset e como a mentalidade do crescimento é fundamental para você superar seus desafios. Não lembra? Confira o vídeo abaixo!!



Desenvolva a garra

Muito provavelmente, você já ouviu várias histórias de superação de atletas. Temos um excelente exemplo que é o Ronaldo. Se você não conhece a história, é só clicar no vídeo abaixo.



A grande questão é entender o que faz essas pessoas, mesmo na adversidade, se superarem. É nesse sentido que a pesquisadora Angela DuckWorth escreveu o livro **Garra: o poder da paixão e da perseverança**. O que diferencia um grande atleta, um grande empresário, uma pessoa de sucesso é a forma como buscam suas conquistas. Para ela, o esforço é muito mais importante que o talento ou a habilidade. É necessário buscar evoluir todo dia e aprender cada vez mais com os erros e as adversidades.



É um erro não aprender com o erro

Ser médico é uma das profissões em que um erro pode custar uma vida e gerar diversos outros impactos. Muitos médicos são influenciados por uma cultura de negação e vergonha que os impede de falar sobre isso. Todo médico pode errar, mas é como se eles não pudessem falar sobre o assunto. É nesse sentido que o médico Brian Goldman defende uma postura mais aberta na medicina para que eles possam conversar sobre os erros e se desenvolver a partir disso. Clique no vídeo abaixo e assista a este TED incrível!!



Ao fazer uma lista de exercícios ou uma prova antiga do Enem, você errará algumas questões e isso é normal. Não fique nervoso com essa situação. Encontre valor no erro, aprenda e evolua com ele. Quer saber como outros alunos encaram os erros? Confira as publicações abaixo!!

Renata Waléria Moderador · 22 de junho às 19:42

Boa Noite, descoamigos!!
Tudo bem com vocês?
Por favor, leiam esse texto até o final, ele é muito importante.
Para quem não me conhece, sou Renata Waléria, do @querosercaloura e uma das embaixadoras do GEP.
Hoje quero conversar com vocês a importância de manter o equilíbrio nos estudos. Para isso, quero falar dessa frase que Vallad sempre fala e que hoje faz todo sentido pra mim.

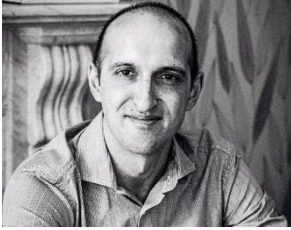
Jean Müller 18 de julho de 2017

BOA NOITEEEE LINDOS 🍀💙💚
Até quando vamos deixar o medo de tentar falar mais alto que a vontade de realizar nossos sonhos? 😞
A hora de errar é agora! Erre e busque alternativas para consertar os erros, corra atrás dos prejuízos e vença! VOCÊ CONSEGUIE! VOCÊ PODE IR ALÉM! Nunca desista! 🍀💙💚
Uma excelente noite e um resto de semana abençoado para todos. 💙💚🍀

Isabella Fernandes Moderador · 12 de julho de 2017

Que a gente possa, continuamente, aprender com nossas falhas, crescer através delas e não mais falhar nos mesmos lugares.
Nossos erros não são nossos inimigos, com eles podemos crescer e nos fortalecermos. Agora é a hora de errar, de ficar feliz por errar e ter a chance de aprender, pra na hora da prova saber fazer.
Boa noite, lindezas!
[#WeCanDoIt](#) [#BoraEstudarMelhor](#) [#GEP](#)

Leitura recomendada



Matthew Philip Syed é um jornalista britânico de 45 anos a serviço do The Times londrino desde 1999. Defende que um bom começo para obter sucesso é se preparar para fracassos (e aprender com eles). Clique na imagem ao lado e leia o texto na íntegra.

Exercício

1. Que tal um exercício de reflexão e vulnerabilidade? Ao longo da sua semana, contabilize os erros na resolução dos exercícios. Quantos erros foram até agora? Anote no papel o que você aprendeu com eles!! O objetivo é aumentar sua percepção sobre a importância do erro!! Vamos juntos construir essa visão?!?!

2. Vamos monitorar nossa autoestima? Na próxima página, existe um "diário" para registrar os momentos significativos durante o seu dia. Vamos começar a registrar esses momentos e utilizá-los para aumentar nossa confiança e motivação?!?!

Diário da Autoestima

O "diário" é uma forma de registro do seu dia a dia. Pesquisas revelaram que a autorreflexão positiva sobre o seu dia e as anotações em forma de diário são recursos para melhorar a autoestima e o bem-estar geral. A autoestima, portanto, reflete a avaliação emocional geral de uma pessoa sobre si mesma.

Use o Diário da Autoestima para registrar momentos significativos durante o seu dia. Reflita criticamente sobre essas experiências e descubra um pouco mais sobre você. Ocasionalmente, releia suas respostas anteriores e tome nota de qualquer mudança nas suas emoções.

Data	Comando	Resposta
	10 coisas que me trouxeram paz hoje:	
	Eu me senti empoderado quando:	
	Eu me diverti quando:	

Data	Comando	Resposta
	Meus entes queridos estão orgulhosos de mim porque:	
	5 coisas que foram bem hoje:	
	Eu me sinto mais feliz quando:	

Data	Comando	Resposta
	Minha melhor qualidade é:	
	3 coisas que fazem me sentir especial são:	
	A melhor parte de hoje foi:	

Data	Comando	Resposta
	Estou ansioso para:	
	10 pessoas ou coisas pelas quais eu sou grato são:	
	Eu me sinto mais forte quando:	

Data	Comando	Resposta
	Eu me sinto melhor sobre mim quando:	
	Minha maior realização hoje foi:	
	3 coisas que mais amo sobre minha vida são:	