

Medo do fracasso

O medo de fracassar ou de errar provoca curto-circuito em sua capacidade de realizar seus sonhos em todas as áreas de sua vida. O faz desistir muitas vezes antes sequer de começar. Nem sempre irá perceber a sua presença, mas exerce sua influência o tempo todo, nos aspectos de sua personalidade e na tomada de decisão. É altamente contagioso e passa de geração à geração. Separa medo de fracasso.

Medo – pode ser bom – lhe ensina a se proteger e traz resultados de longo prazo.

- medo ruim – sua fonte é o desejo de gratificação imediata, ou para evitar perda imediata – curto prazo.

Fracasso é um evento, não uma pessoa. É um evento onde você não alcança o resultado desejado. Pode ser um professor ou um tirano que te limita. Você escolhe. Coloque seu medo de fracassar em perspectiva. Verifique se algum medo de fracassar te impediu de realizar algum sonho e preencha as opções abaixo.

Fracassos passados	Possíveis causas	Lição aprendida	Está repetindo esses fatores?	Atitudes para evitar que isso ocorra.

Com relação a situações atuais, nos quais você acredita que pode fracassar, Preencha o quadro abaixo para colocar encontrar a verdadeira perspectiva. Não responda com raiva ou apenas intelectualmente, procure entrar em si mesmo e visualizar cada situação.

Desejo	O que te impede	Medo de confrontação	Verdadeira perspectiva		
			Pior caso	Caso Provável	Melhor caso
Meu casamento	Meu marido não se importa com meus sentimentos	Ficará enfurecido, irá me rejeitar			

Inspirada no livro "Os segredos dos homens mais ricos do mundo" de Steven K. Scott