

RESILIÊNCIA

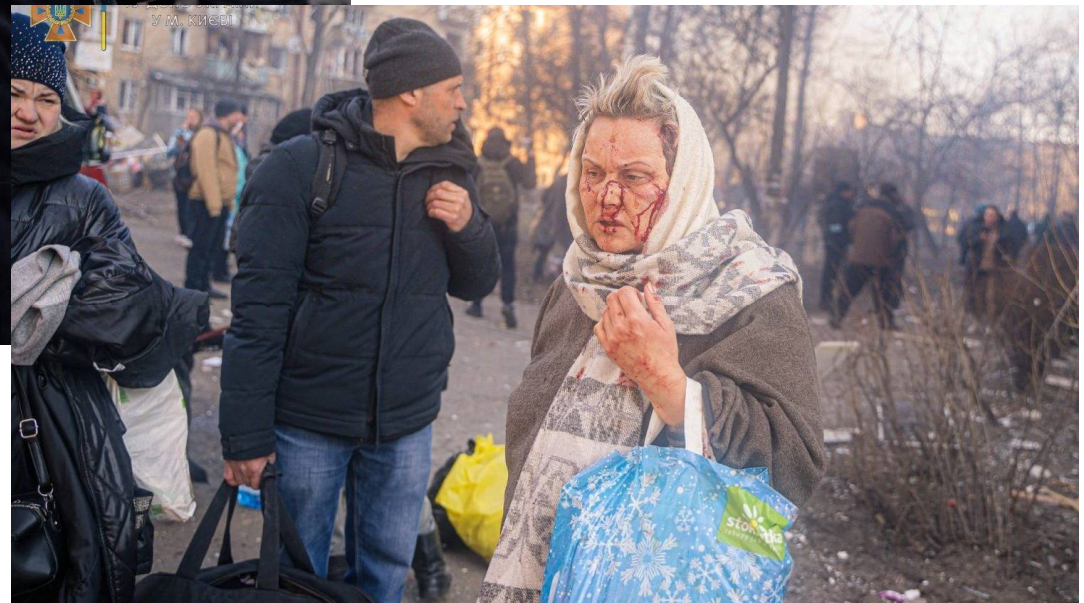
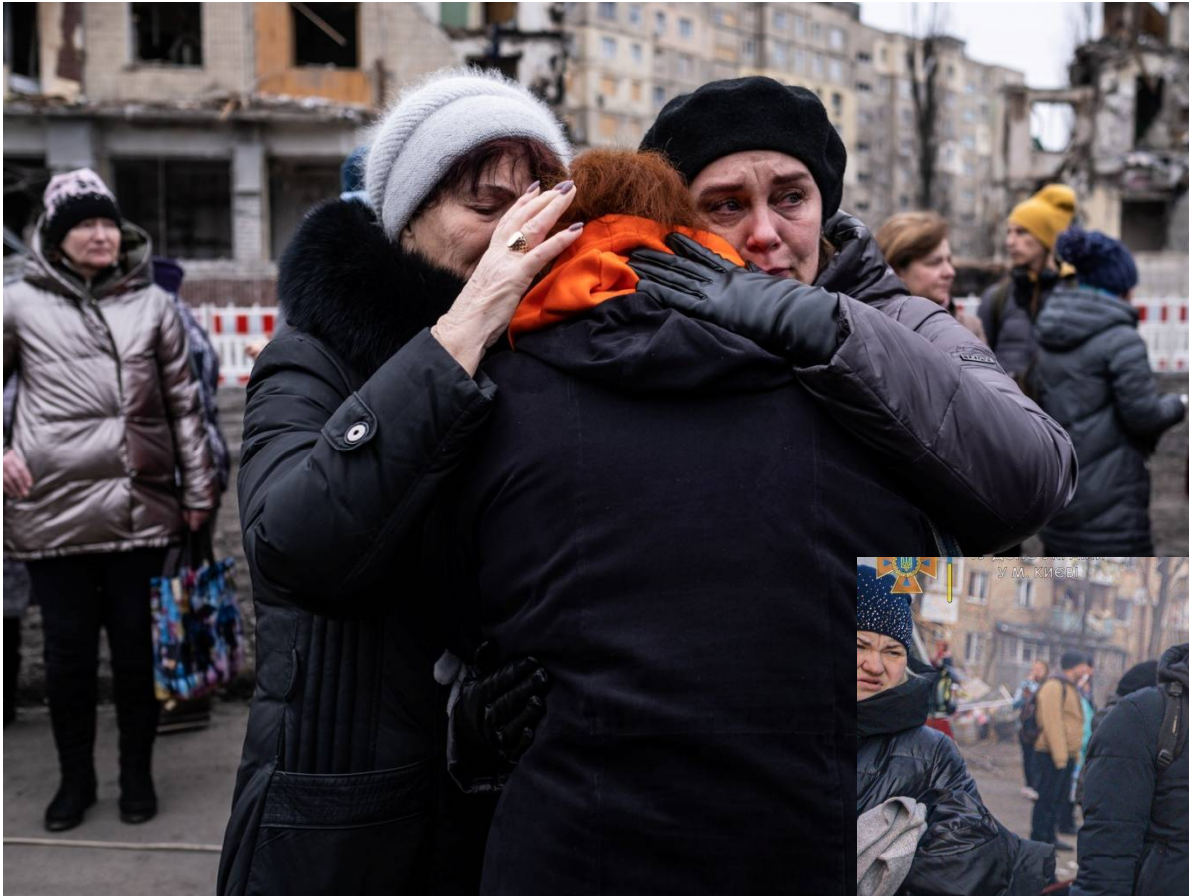
“A vida é uma caixinha de bombom”



A morte de um parente próximo pode **mudar** completamente nossa vida!



Uma guerra pode **mudar** completamente nossa vida!



Uma pequeno acidente pode **mudar**
completamente nossa vida!



O mundo nao é um grande arco iris, é um lugar sujo e cruel que nao quer saber o quanto você é durão, vai colocar você de joelhos e você ficará de joelhos para sempre se você deixar. Você, eu, ninguem vai bater tão duro quanto a vida, mas nao se trata de bater duro, se trata de quanto...

Inúmeros fatores

PESSOAIS

SAÚDE

POLÍTICOS

ESCOLHAS

ECONÔMICOS

CLIMÁTICOS

LIMITAÇÕES

TECNOLÓGICO

SOCIAIS

FUTURO DO TRABALHO

Ameaça de extinção: veja 10 profissões que devem (quase) desaparecer até 2027, segundo o Fórum Econômico Mundial

O avanço da tecnologia, o aumento do custo de vida e o crescimento econômico global mais lento devem ditar as novas tendências do mercado de trabalho

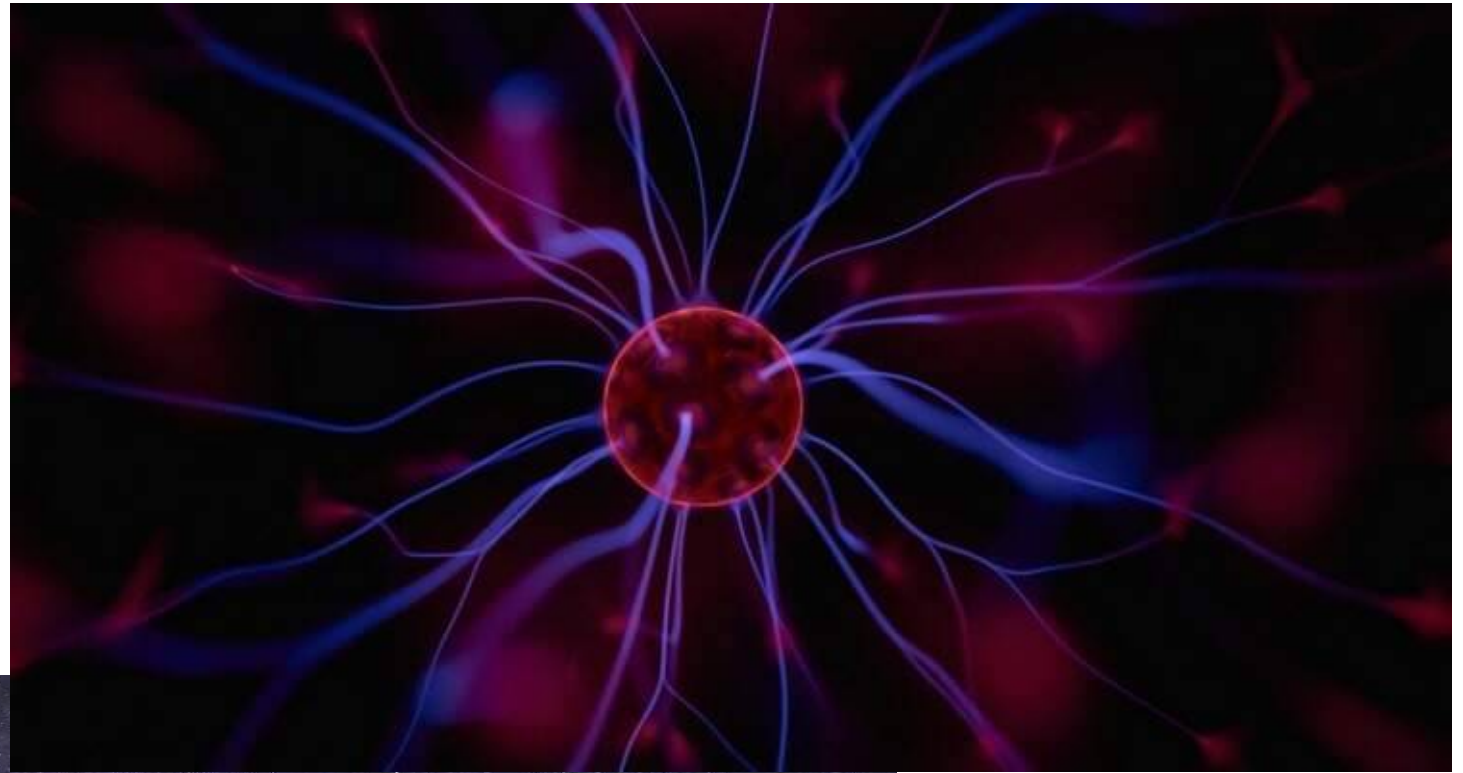
Liliane de Lima

4 de maio de 2023 ⌚ 18:29 - atualizado às 17:49

🗨️ SIGA O SD NO WHATSAPP



O MUNDO SERÁ OUTRO EM 30 ANOS



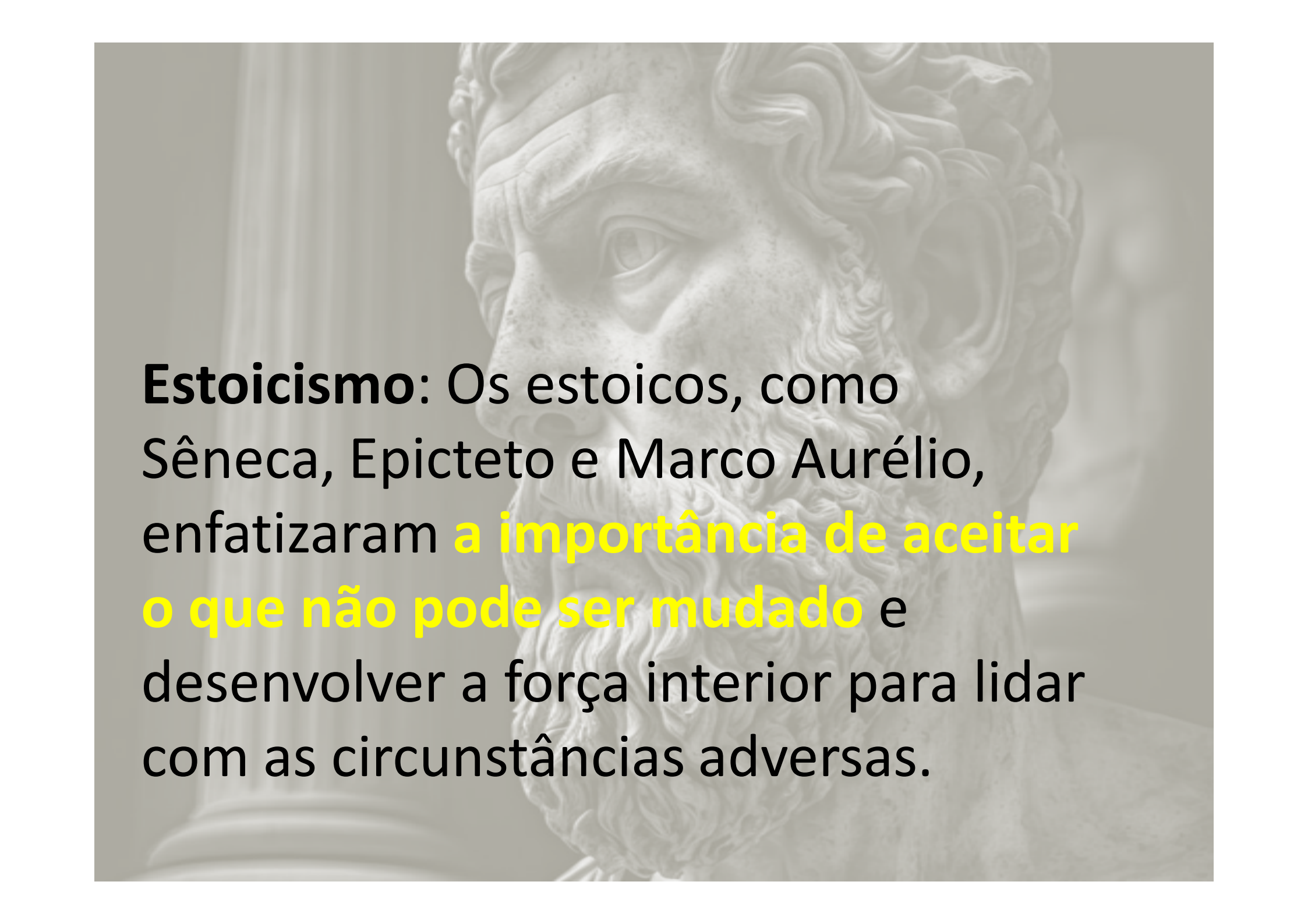
São tantos fatores...

São tantas escolhas...

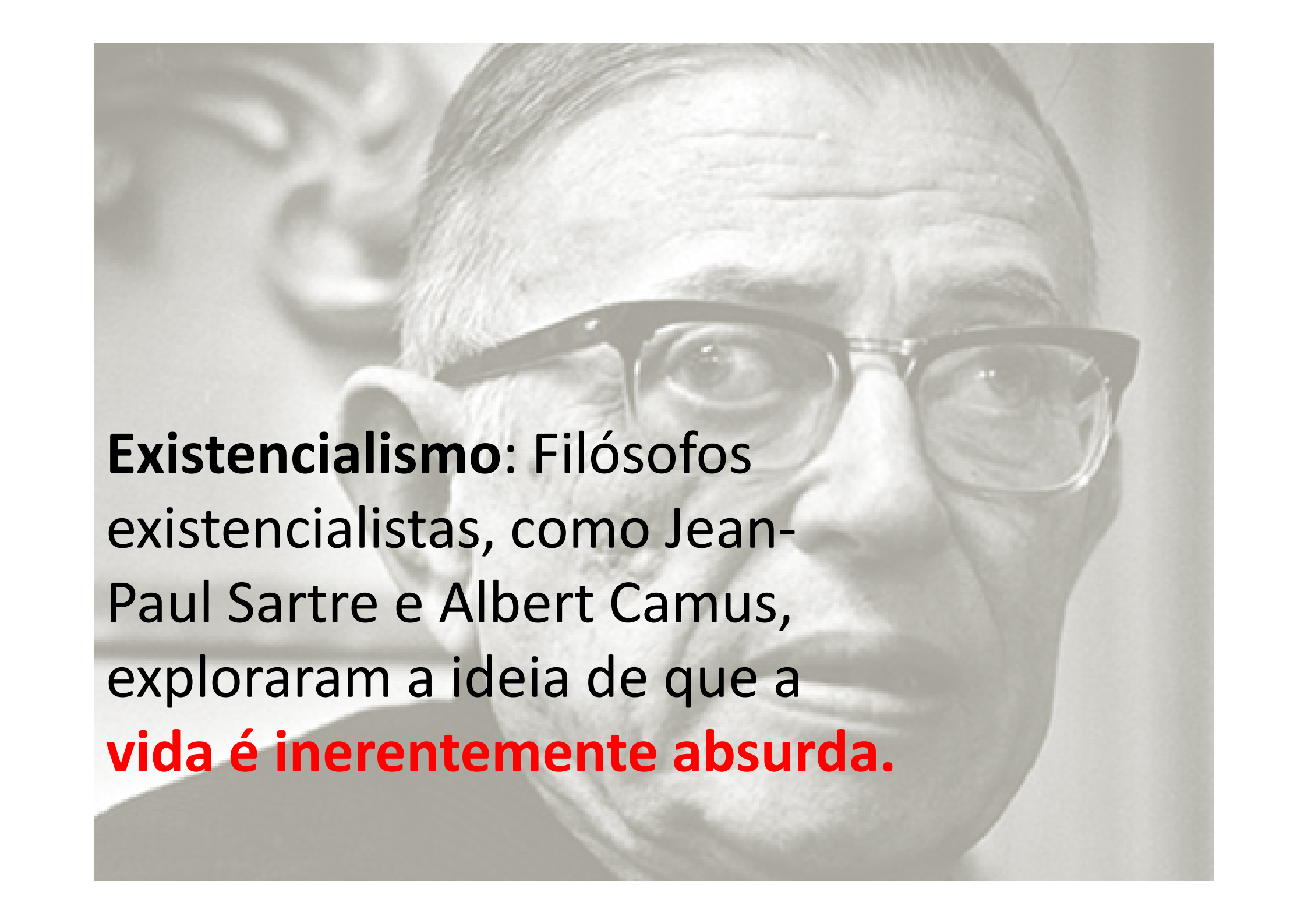
Que nos causa medo
e ansiedade!

Então o que fazer?

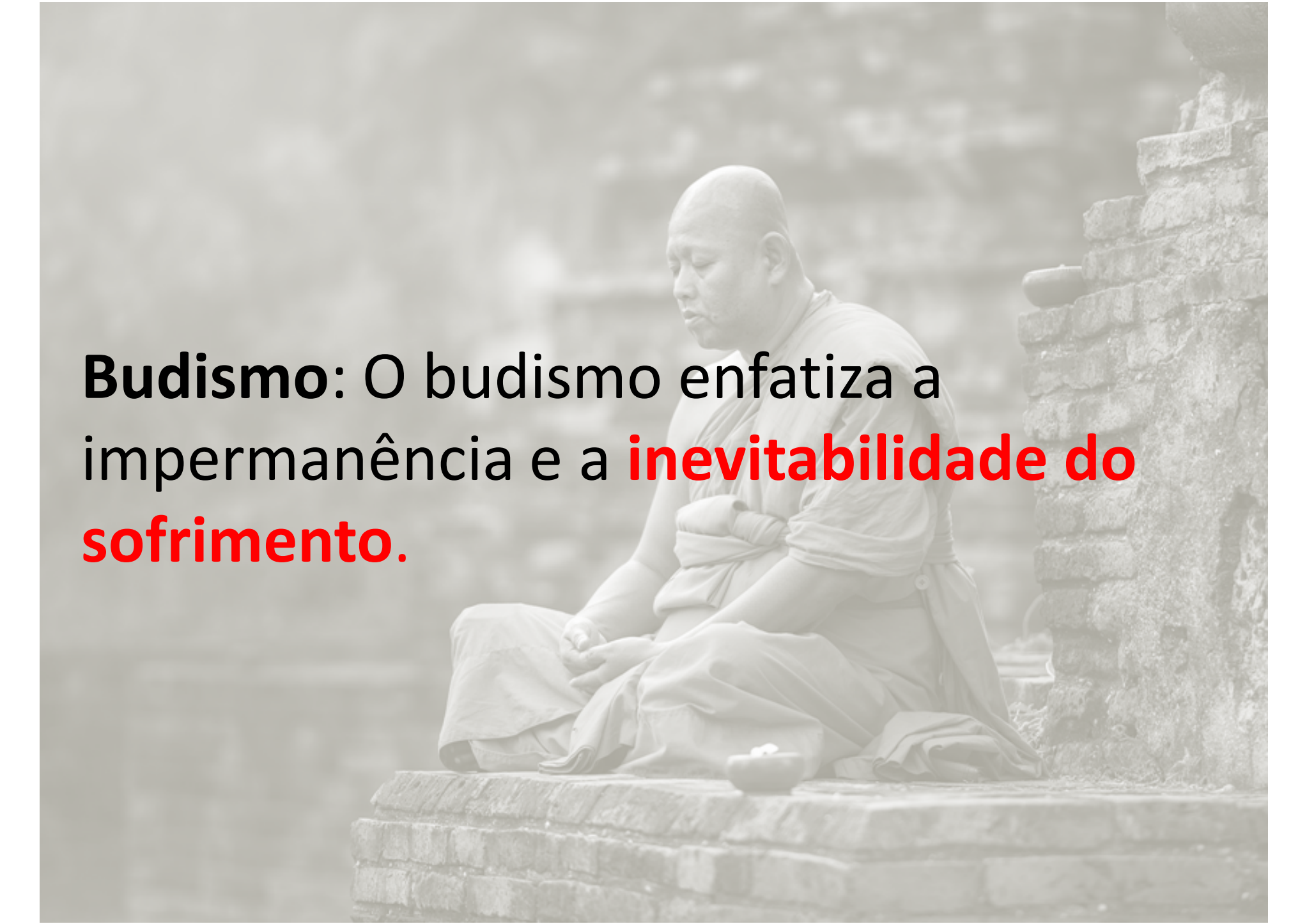
- 1) Estar preparado
- 2) Ter amigos e ser bem relacionado
- 3) Ter propósito na vida
- 4) Aprender a fazer escolhas equilibradas
- 5) E saber da filosofia...



Estoicismo: Os estoicos, como Sêneca, Epicteto e Marco Aurélio, enfatizaram **a importância de aceitar o que não pode ser mudado** e desenvolver a força interior para lidar com as circunstâncias adversas.

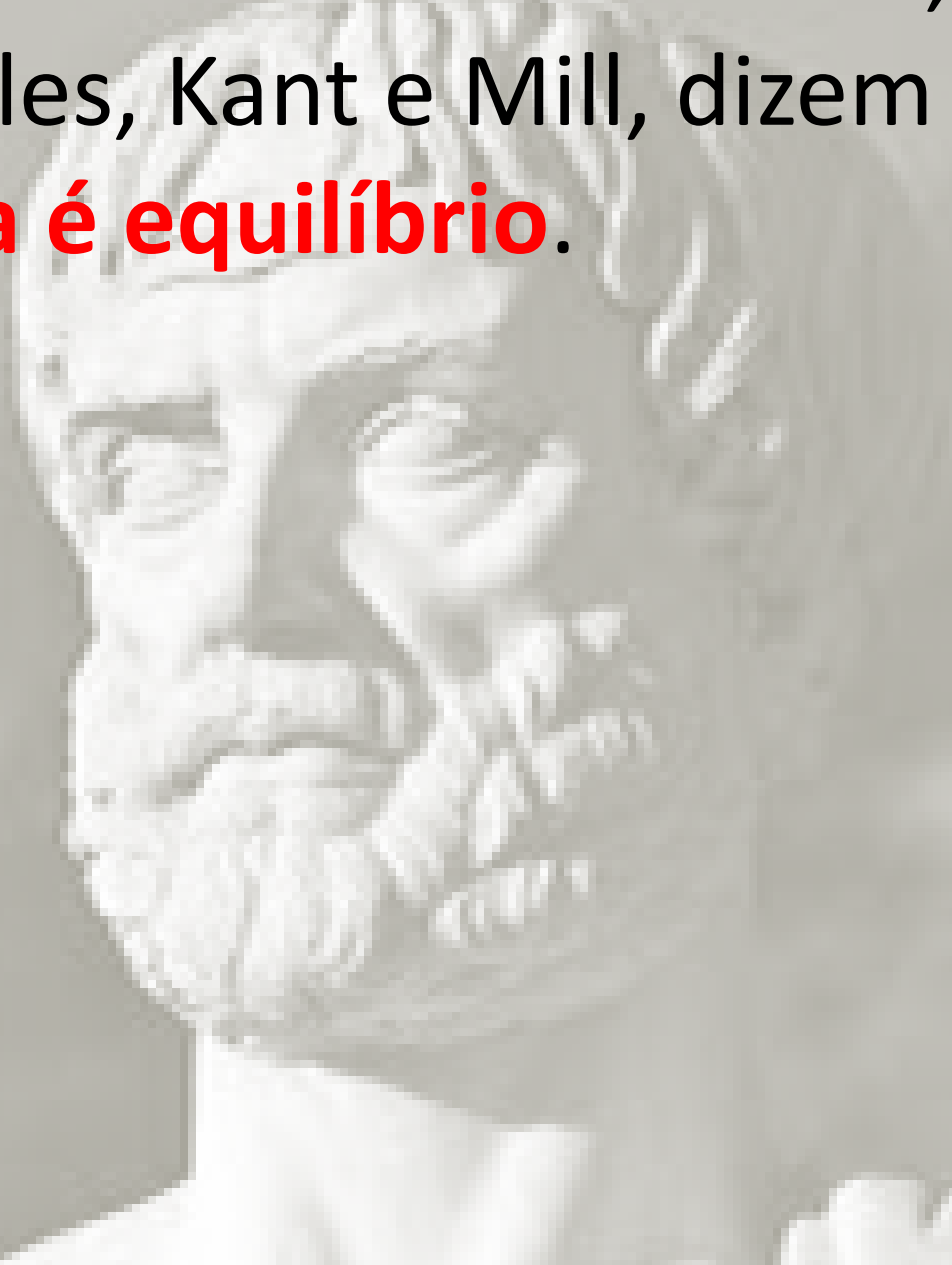


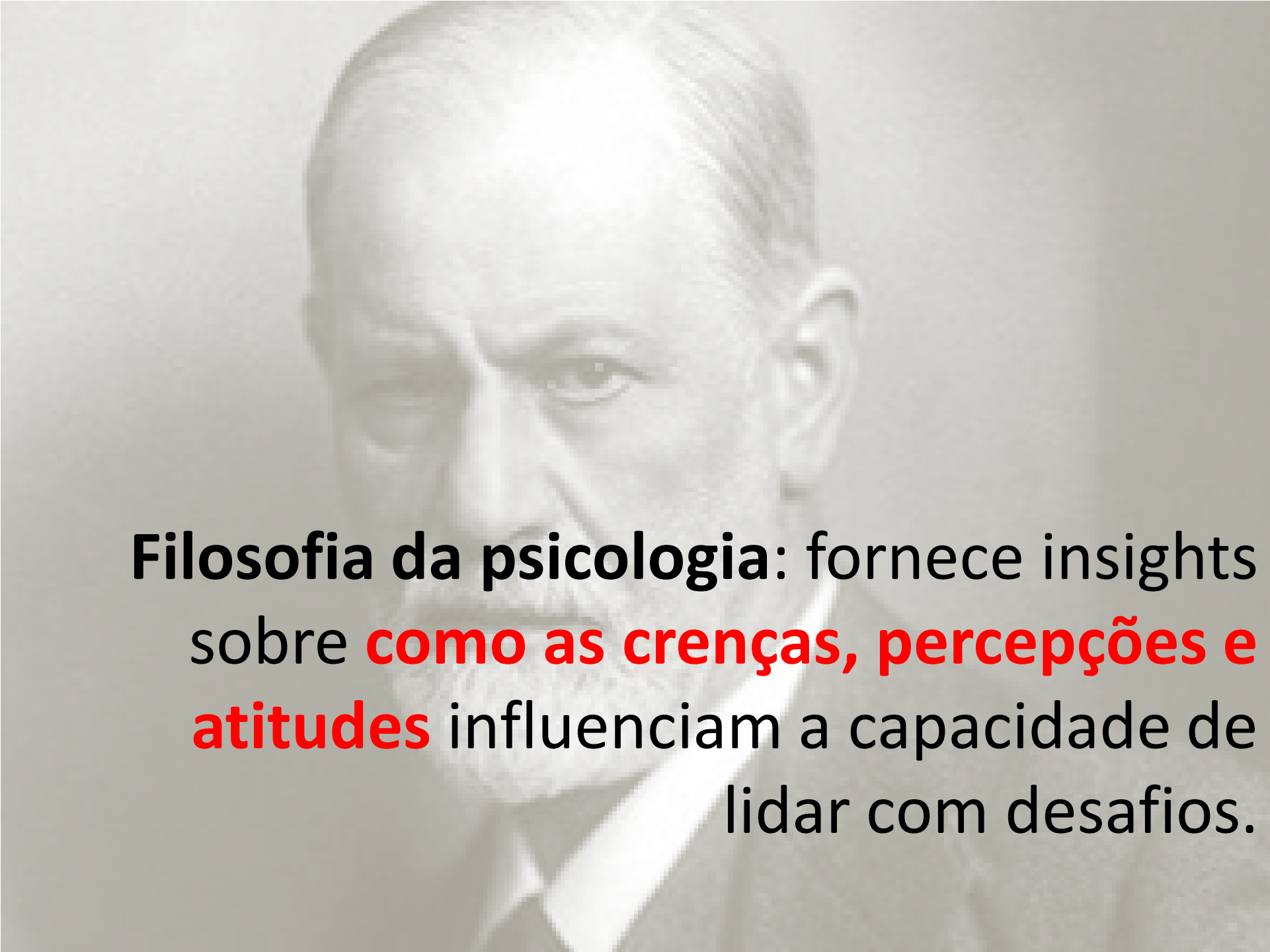
Existencialismo: Filósofos existencialistas, como Jean-Paul Sartre e Albert Camus, exploraram a ideia de que a **vida é inerentemente absurda.**



Budismo: O budismo enfatiza a impermanência e a **inevitabilidade do sofrimento.**

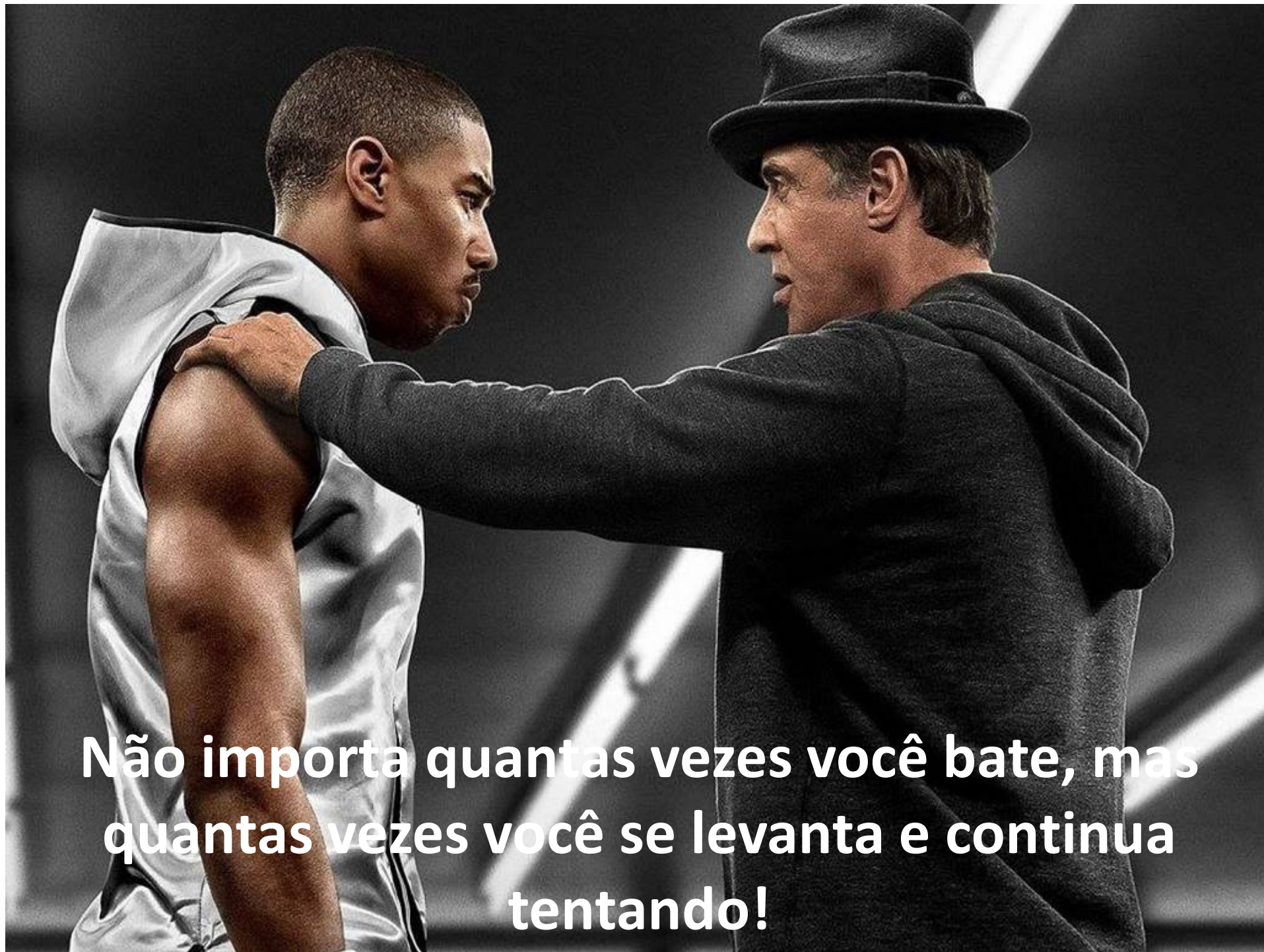
Filosofia da ética: Filósofos da ética, como Aristóteles, Kant e Mill, dizem que **resiliência é equilíbrio.**





Filosofia da psicologia: fornece insights sobre **como as crenças, percepções e atitudes** influenciam a capacidade de lidar com desafios.

E acima de tudo...



**Não importa quantas vezes você bate, mas
quantas vezes você se levanta e continua
tentando!**

Não culpe ninguém pelos seus fracassos.

- Transforme dor em força de VONTADE!
- Transforme medo em ESCOLHAS!
- Transforme frustração e decepção apenas em AÇÃO!

A notícia boa...

Quando você se supera, é
quando você encontra o
verdadeiro **amor próprio**.

video