

6 PASSOS PARA EMPREENDER COM SUCESSO NA SUÍÇA

AS SEIS NECESSIDADES HUMANAS SÃO
FATORES CRÍTICOS DE SUCESSO PARA
SUA VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL



ANA IMHOF



“Não importa sua nacionalidade, seu credo, cultura, ou aonde está vivendo, em todos os lugares existe um céu azul de possibilidades.”

- Ana Imhof

INTRODUÇÃO

A minha trajetória de sucesso, teve as primeiras linhas escritas no início do ano de 1998, quando realizei um dos maiores sonhos, casar e morar fora do Brasil. Mas sempre na vida ganhamos e perdemos coisas quando fazemos escolhas. Tive que deixar minha família e principalmente minha mãe. A primeira dificuldade que tive foi o idioma alemão e por isso não podia resolver tarefas do dia-a-dia. Ir no banco sozinha, por exemplo. Precisava do meu marido para fazer quase tudo para mim. Mas logo descobri que existia uma empresa de brasileiros que tinham agência de transferência de dinheiro para o Brasil e em seguida fui enviar dinheiro para minha mãe. E lá tive uns dos maiores insights da minha vida.

Sempre fui uma pessoa atenta às possibilidades. Nunca deixei de olhar para o céu azul de oportunidades.

Minha atitude perante essa oportunidade fez toda a diferença na minha vida.

Reconhecendo essas necessidades dos brasileiros que viviam na Suíça e vendo nelas infinitas possibilidades para melhorar a qualidade de vida das pessoas, abri minha própria empresa em 1999. Sem dominar o idioma! Hoje nossa empresa conta com clientes brasileiros/Suíços em todo território Suíço. Ela completa 17 anos em maio de 2017. Possuímos atendimento personalizado e o relacionamento com nossos clientes é o maior patrimônio e que mais descreve nossa trajetória de sucesso.

Um marco na nossa história foi quando os Bancos Suíços encerraram nossas contas alegando que éramos clientes de risco. Éramos seus maiores concorrentes. Lembro-me que nesse dia chorei, era como se tivessem cortado minhas pernas. Tudo que tinha construído começava a desmoronar de uma hora para outra. Eu tinha cliente, tinha tudo, mas não podia continuar, precisava dos bancos para completar o processo de pagamento. Aprendi com essa lição, que precisava fazer algo na minha vida que ninguém nunca mais poderia tirar de mim. E mais uma vez provei que existem infinitas possibilidades. Nós conseguimos novas contas em Bancos privados e me tornei Master coach de business e negócios, palestrante, treinadora. Hoje ajudo a construir uma comunidade de brasileiros pelo mundo a fora a se desenvolverem com foco em enxergarem as infinitas possibilidades em todos os lugares que estão independente de sua nacionalidade, credo ou cultura.



Para quem utiliza essa visão ampla estará sempre se superando, crescendo, evoluindo e deixando sua contribuição para um mundo melhor.

Essa história me faz lembrar que nesses 18 anos de Suíça que atuo como empresária na área de transferência de dinheiro para o Brasil, eu não fui uma empresária que pensava só em ganhar dinheiro. Eu me desenvolvi profissionalmente para ser mais que uma empresária e me transformei em uma referência em construção de uma melhor qualidade de vida e negócios de brasileiros na Suíça.

Hoje posso afirmar que não foi fácil o que tive que enfrentar, mas agradeço porque me fez sair da minha zona de conforto. Tudo isso me trouxe ótimos resultados. Tenho uma vida plena para mim e para as pessoas à minha volta. Sou completamente apaixonada em ajudar pessoas a se desenvolverem ao seu maior potencial e me sinto privilegiada por receber tantos feedbacks positivos. Essas que ajudo e que me reconhecem pelo grande potencial ao despertar a força motriz que habita dentro de todos nós. Só assim podemos enxergar que sempre há infinitas possibilidades de crescimento se nos permitirmos aceitar e acreditar que nada do externo pode nos limitar. O único inimigo que pode nos fazer fracassar somos nós mesmos.



COMO ATENDI AS MINHAS 6 NECESSIDADES SEM O IDIOMA

No ano de 2014 e 2015 fui para os Estados Unidos fazer todos os cursos do Anthony Robbins, autor, coach e palestrante mais famoso do planeta. Eu li seu livro (DESPERTE SEU GIGANTE INTERIOR) pela primeira vez no ano 1994 quando tinha 30 anos e isso mudou toda minha história.

As seis necessidades humanas foram identificadas por ele. Em todos os seus cursos ele nos ensina o que aprendeu atendendo pessoas do mundo todo. Ele percebeu que todo ser humano têm os mesmos problemas, não importando se o indivíduo é de nacionalidade japonesa, alemã, brasileira, suíça ou norte-americana.

A grande motivação do ser humano é a busca do prazer e a fuga da dor e do sofrimento. Nós fazemos qualquer coisa para evitar dor e obter prazer.

E por isso, nós, seres humanos, temos 6 necessidades básicas e essenciais:

1ª. - Necessidade de certeza/segurança

2ª. - Necessidade de incerteza/variedade



3ª. - Necessidade de significância/ importância

4ª. - Necessidade de amor/ conexão

5ª. - Necessidade de crescimento/ evolução

6ª. - Necessidade de contribuição

As quatro primeiras são fundamentais e a realização das duas últimas só é possível após a satisfação das primeiras.

Tudo que nós, seres humanos, fazemos, de alguma maneira, o fazemos procurando satisfazer uma ou mais dessas seis necessidades essenciais. Elas são as nossas metas objetivos, isto é, os objetivos dos objetivos.

Cada um de nós tem sua própria maneira de satisfazer a essas necessidades. Podemos denominar as maneiras de realização das necessidades de veículos. Alguns veículos são construtivos, alguns neutros e, outros, destrutivos. Por exemplo, a doença pode ser usada como veículo para obter amor e conexão e isso pode dificultar a cura devido a esse ganho secundário da doença. O dinheiro, frequentemente, é utilizado como veículo para satisfazer a necessidade de significância. Álcool e drogas, inúmeras vezes, são veículos destrutivos para tentar satisfazer a necessidade de variedade e incerteza.



Uma coisa importante para lembrar é que escolhemos nossos veículos e não eles que nos escolhem. A verdadeira realização e felicidade humana depende muito da satisfação dessas seis necessidades essenciais.

COMO APLICAR AS SEIS NECESSIDADES E OBTER RESULTADOS COMO OS MEUS

1ª Necessidade Humana

CERTEZA / SEGURANÇA

A necessidade de certeza/segurança está relacionada à habilidade de evitar a dor e obter prazer, a base da própria sobrevivência. A necessidade de certeza em outras palavras é o mesmo que estabilidade, segurança, tranquilidade.

Todos nós precisamos nos sentir seguros a um determinado nível. Por isso muitos dos brasileiros deixam seus país de origem em busca de atender essa necessidade.

No início fazemos qualquer trabalho servil para atender essa

primeira necessidade básica.

Trabalhamos limpando banheiros, fazendo faxina, de garçom, de cozinheiro, em supermercados, no comércio, enfim em trabalhos de maior aceitação por imigrantes. O importante é satisfazer as necessidades primárias que vão assegurar nossa sobrevivência

(alimentação, saúde, vestuário, habitação).

No meu caso, eu tive essa segurança básica atendida pelo meu casamento. Por isso já parti direto para segunda necessidade básica. É importante ressaltar que podemos ficar encalhados na primeira necessidades básica e muitos seres humanos vivem tão somente para acordar, comer, trabalhar e dormir. Quando negligenciamos as outras cinco necessidades básicas o resultado é infelicidade, insatisfação e doença.

Na realidade dos Brasileiros que vivem na Suíça é alarmante a quantidade de brasileiros oprimidos fazendo serviços que não gostam. E se sentem inseguros em pedir demissão por não terem a certeza que irão conseguir outro trabalho e assim se submetem a ficar onde não gostam para atenderem às suas necessidades básicas de sobrevivência. Realmente todos precisamos nos sentir seguros, mas isso não quer dizer que não podemos planejar um nova possibilidade de termos segurança dentro de uma lugar onde podemos pelo menos nos sentir bem.



Como passar para segundo degrau das necessidades humanas básicas?

- 1-Autoconhecimento, faz parte de um processo de mudança. (Aonde estou e aonde quero chegar.)
- 2-Plano de ação (como e quando)
- 3-Desenvolver habilidades que necessito para dar o próximo passo.
- 4-Como vou fazer isso financeiramente?
- 5-Equilíbrio emocional. Acreditar em si mesmo.

2ª Necessidade Humana

INCERTEZA / VARIEDADE

Incerteza ou variedade, é o mesmo que surpresas, desafios, mudanças, estimulação e enfrentar o desconhecido.

Como se percebe, esta necessidade vive em conflito com a primeira criando um paradoxo entre as duas. Isto acontece porque nós precisamos de certeza e incerteza em nossa vida, pois se buscarmos atender somente a primeira, nossa vida se torna rotineira, monótona e desgastante.

A necessidade de certeza faz com que nossa vida funcione. A

incerteza faz a nossa vida valer a pena.

Como atender essa necessidade (incerteza/ variedade) vivendo na Suíça.

A vida é feita de muitas facetas diferentes: trabalho, família, amigos, escola, sonhos, relacionamento amoroso, esportes, saúde, beleza, artes, música, filhos...

A maioria dos brasileiros que vivem na Suíça se concentram só em ganhar dinheiro. E depois que conseguem uma quantia relevante percebem que continua faltando algo e que, com o tempo, perderam anos obcecados em uma só coisa: segurança. Depois de sentirem-se seguros acabam por se frustrarem e se deprimem. Esquecem dos bons momentos em família com amigos e dos sucessos alcançados em outras áreas.

É preciso aprender a usar variedade: o tempero da vida.

Viajar, aprender um novo idioma, superar desafios, criar novos objetivos, iniciar um empreendimento, aprender uma nova habilidade.

É importante não se concentrar excessivamente em um só aspecto da vida, para que se possa ter prazer em outros - mesmo quando um lado não vai bem. A obsessão por alguma coisa, qualquer que seja, nos torna incapazes de usufruir outras e nos faz perder muitas



oportunidades de beleza e alegria.

Construa suas esperanças em torno de uma variedade de coisas importantes para você, cultive muitos gostos e amigos: sua vida ficará mais rica e você se tornará uma pessoa menos vulnerável, mais interessante e feliz vivendo na Suíça.

3ª Necessidade Humana

SIGNIFICADO / IMPORTÂNCIA

Cada um de nós precisa acreditar que é especial, único, diferente, exclusivo, autêntico e importante. E para isso precisamos ser significativos e fazer as pessoas se sentirem significativas.

Quando deixamos o nosso país de origem e escolhemos ir viver em outro acabamos nos sentindo totalmente insignificantes para o novo contexto que nos é apresentado.

No início nos sentimos totalmente desvalorizados, por não falar o idioma, pelos nossos diplomas não valerem nada aqui. E também pela mentalidade e cultura totalmente diferente da nossa - nada do que vemos e sentimos parece com a gente e nada nos significa. Tudo isso junto nos causa um senso de não ser importante e não ser

significativo.

Sabendo disso temos que atender essa necessidade de grande relevância para nosso bem estar físico, mental e social. Considerar alguns fatores que nos devolvem o sentido de ser único, especial é fundamental para nos sentirmos dentro do contexto.

Muitas das frustrações de nós brasileiros que vivemos na Suíça não é por não termos potencial, mas sim por não usarmos o nosso verdadeiro potencial. É fundamental entender que nunca ninguém nos valorizará se não nos valorizamos primeiro. É importante quebrar padrões de mentalidades que nos inferioriza perante outras nacionalidades, e usar devidamente os nossos recursos internos a nosso favor.

Baseie sua vida nos seus próprios valores. Aprenda a buscar aprovação e reconhecimento dentro de você. Avalie seus dons, seus talentos, suas qualidades. Mas não julgue, nem compare. Ao contrário, signifique o país que lhe acolheu destacando a importância desse acolhimento na melhoria da sua qualidade de vida.

As validações são os princípios mais valiosos das relações humanas. Elogie sinceramente as pessoas, o país, todos nós precisamos nos sentir significativos, por isso, lembre-se quem quer ganhar, precisa dar.



Faça- se importante estudando se integrando,desenvolvendo habilidades e conhecimento,crescendo, realizando. Deixando seu legado, sua marca em qualquer lugar por onde passar sempre usando o princípio básico das relações.

Dicas para construir uma relação de significado e importância:

AÇÕES NEGATIVAS:

COMODISMO: torna tudo “morno” e sem sal;

JULGAMENTO: destrói imediatamente qualquer relacionamento;

IRRITAÇÃO: transfere a carga de algo errado para outra pessoa;

LEVIANDADE: desconsidera que os outros têm sentimentos e preocupações;

MENTIRA: acaba com a confiança entre duas pessoas;

CRÍTICAS: formam uma “muralha da China” nos relacionamentos.

AÇÕES POSITIVAS:

ACEITAÇÃO: compreende que as pessoas são falhas e precisam de ajuda;

OUVIR: permite entender os sentimentos dos outros;

PACIÊNCIA: permite suportar uns aos outros;

ELOGIAR: auxilia nos laços de simpatia mútua;

INTERESSAR-SE: mostra a outra pessoa que ela pode “contar conosco”;

SORRIR: o exercício mais relaxante e simpático que Deus criou.



4ª Necessidade Humana

AMOR / CONEXÃO

A necessidade de amor/conexão é atendida quando compartilhamos sentimentos e emoções com as outras pessoas. Significa também dar e receber atenção dos outros. O ser humano precisa de amor para sobreviver, desde o seu nascimento, até sua morte.

O amor é a própria base da existência humana. Tal idéia resulta da profunda interdependência que partilhamos uns com os outros. Não importa quão capacitado e cheio de habilidades, não importa se somos Suíços ou brasileiros ou de outras nacionalidades. Um indivíduo, deixado só, ele ou ela não poderá sobreviver.

Podemos ter os melhores momentos na vida, mas quando ficamos doentes, ou se é muito jovem, ou mais velho, dependemos do suporte oferecido pelos outros.

A interdependência é uma lei fundamental da natureza.

Não apenas na forma humana, mas também a maioria dos insetos são “seres sociais” que, sem qualquer religião, leis ou educação, sobrevivem por cooperação mútua baseada no reconhecimento de

suas inter-relações.

Conosco é da mesma forma. O fato de nossa própria existência ser tão dependente da ajuda dos outros, essa necessidade humana de amor embasa a própria fundação de nossa existência. Portanto, precisamos de responsabilidade e de uma intenção sincera com o bem estar dos outros.

Nós brasileiros na Suíça somos reconhecidos como conterrâneos que não se ajudam mutuamente: um quer derrubar o outro. Nas relações que tive e nas que observo, essa é uma verdade, de um certo ponto de vista. Isso se dá por não entendermos o sentido mais profundo dessa necessidade humana (Conexão e amor).

Principalmente vivendo em outro país essa necessidade aumenta. Nós nos sentimos mais sensíveis por estar longe dos pais e familiares.

A afeição e o respeito ao outro é vital. O afeto para todos nós é o maior antídoto do amor. Mesmo que venha de um animal ou de alguém que muitas vezes acreditamos ser nosso inimigo.

Acredito que ninguém nasce livre da necessidade de amor. Nós seres humanos não podemos ser definidos apenas por objetos físicos. Nenhum objeto material, por mais bonito e valoroso, pode fazer com que nos sintamos amados porque nossa identidade mais profunda é nosso verdadeiro caráter. Está em nossa essência o sentido de que



todos somos um e tudo é conexão e amor.

Meios positivos para obtermos amor e conexão é apreciar a natureza, fazer uma oração, relacionamento íntimo, amizades, conectar-se com Deus, conectar-se consigo mesmo através de uma reflexão. Conectar-se com o universo. O Desenvolvimento da autoconfiança, depende diretamente do amor, fator crítico de sucesso para viver bem em qualquer lugar do mundo.

Precisamos considerar o que nós, seres humanos, realmente somos. Não somos máquinas . Se fôssemos meramente mecânicos então poderíamos aliviar nossas dores e sofrimentos com uma simples máquina. No entanto somos criaturas espirituais tendo uma experiência material (Física).

Existem também meios negativos para nos sentirmos amados e conectados.

Vício em jogos de azar, violência, depressão, sofrimento, praticar crimes em grupo. Temos que ter muita atenção para não sermos conduzidos por veículos negativos. A escolha é nossa pela forma que decidimos nos sentir amado e conectado.

Muitas vezes na vida escolhemos caminhos errados, agimos de forma não correta, magoamos as pessoas que estão próxima de nós, enfrentamos situações desgastantes , mas tudo isso, o mais importante é sempre entender a lição de vida que nos foi colocada



por trás dessas vivências. O sofrimento a falta de amor, falta de prosperidade financeira não fazem parte da essência humana. Caso isto esteja presente na sua vida tente identificar o fato marcante que está permitindo você se sentir desconectado. Elimine o mais rápido possível e verá que você mesmo estava bloqueando o amor na sua vida.

É um engano para nós brasileiros vivermos isolados desconectados sem amor e conexão com nossos conterrâneos e com as pessoas do país que escolhemos para viver..Não devemos colocar toda nossa vida tão somente no desenvolvimento externo. Ao invés disso, podemos considerar nossas origens da onde viemos , qual é a nossa verdadeira essência e o que realmente necessitamos para viver com qualidade de vida excepcional, tudo na vida passa, menos nossa essência.

5ª Necessidade Humana

EVOLUÇÃO / CRESCIMENTO

A necessidade de crescimento faz parte de um processo consciente dos seres que buscam a evolução. Tudo aquilo que não cresce, morre. Para que possamos evoluir como pessoas, precisamos crescer, expandir, progredir e aprender sempre.



Podemos atender as 4 primeiras necessidades, que são da nossa personalidade, e mesmo assim ainda não nos sentirmos realizados. Isto explica porque muitos brasileiros apesar de já terem conquistados tantos bens materiais, às vezes acabam destruindo suas vidas com álcool, drogas ou depressão.

Como isto ocorre? Uma pessoa pode até ter algumas das necessidades humanas supridas, mas se não continuar aprendendo, expandindo, se autodesenvolvendo como pessoa e profissionalmente pode a vim se sentir estagnado e como consequência involuindo.

Temos que estar sempre buscando novos aprendizados e conhecimentos para sentirmos evolução e oferecer também progresso para vida das pessoas. Na minha vida o próprio universo se encarregou de me colocar sempre em evolução. Quando as fatalidades e acontecimentos frustrantes me aconteciam, sempre pensava “aonde tem dor, tem missão.”

Toda vez que enfrentamos um desafio, crescemos com ele, expandimos e evoluímos. Os desafios nos farão usar os nossos “músculos emocionais”, assim como já usamos em muitas situações em nossa vida. Tudo o que mais queremos em nossa vida, se resume em uma palavra: Crescimento e evolução.

Crescer e evoluir em nossos relacionamentos, em nossa profissão,



nossos negócios, nossa vida espiritual, nossas finanças, nosso corpo físico, nossa saúde física e emocional e sempre seguindo adiante buscando um próximo nível.

6ª Necessidade Humana

CONTRIBUIÇÃO

O sentimento de contribuição é o mais profundo que podemos sentir como pessoas, porque faz parte da nossa verdadeira natureza.

Doar, cuidar, ajudar, contribuir, ensinar o bem, são alguns dos meios de satisfazer a necessidade de contribuição.

Desde dos meus primeiros anos na Suíça eu já ajudava meus familiares do Brasil. Na minha empresa sempre ajudava meus clientes doando meu tempo e ensinando o que tinha aprendido. Eu percebia que quando ajudava me sentia tão bem e minha vida passava a ter mais sentido. Isto porque aqui não entra o “eu”, mas sim o “nós”. Precisamos contribuir e mesmo retribuir aquilo que já conquistamos, usando o nosso tempo, dinheiro, talento ou conhecimento. Precisamos devolver para o mundo aquilo que nos deu.

Aquilo que não contribui acaba sendo eliminado pela evolução e isso é uma verdade absoluta.

O importante para deixarmos um legado é o fato de não precisarmos, nem você e nem eu, possuir um valor incalculável no banco para deixar como herança, porque essa herança não está relacionada a dinheiro. Porém o que se recebeu ou deixou está relacionado a padrão de vida de dignidade. É o seu modo de vida que fará a diferença, os tipos de escolhas e ações tomadas, e quais os efeitos delas na vida dos que virão depois de você.

Como fazer isso?

Começando por pensar em nossas ações diárias, quais são os frutos dela? Será que meus filhos, meu cônjuge, meus amigos ficaram felizes? Quem quer que sejam ou onde quer que estejam vocês têm nas mãos a felicidade de mais pessoas do que podem imaginar.

Buscando uma boa educação. Estude e inspire outros a estudar também. Participando de causas sociais que proporcionam o bem a todos e não apenas a uns poucos.

Escrevendo sobre sua vida, seus desafios e suas conquistas, assim como fiz ao escrever esse e-book dando a minha contribuição e deixando para todos o brasileiros que é possível deixar um legado mesmo vivendo em outro país.



SOBRE A AUTORA



Ana Imhof, é Brasileira Coach e empresária no mercado Suíço há 18 anos, com experiência e especialização nos setores finanças e gestão de pessoas.

Formada pela Sociedade Latino americana de Coaching-SLAC e certificada pela International of Coaching-ICI e em PDC profissional Coach Disc. Ambas instituições de estimada relevância nesse modelo de treinamento.

Treinada por Anthony Robbins, referência mundial em Peak Performance, onde participou dos treinamentos UPW, DWD, Business Mastery certamente seu modelo influenciou positivamente no seu lado pessoal e profissional.

Residente na Suíça, atualmente atende brasileiros e brasileiras de toda a Europa. Segue sua missão ajudando a desenvolver capacidades de transformar os anseios e a falta de direção pessoal e profissional dessas pessoas. São estes fatores que nos impedem de alcançar nossas metas e também conquistar os melhores resultados em todas as áreas da nossa vida.