



# Sueli Maurício

Master Coach e Coach Executiva & de Negócios



Olá!

Nas conversas entre amigos, casais, líderes e liderados e também nos diálogos familiares, normalmente com o objetivo de encerrar um assunto desagradável, ouve-se: **"Eu sou assim"**.

Ouvindo esta frase em um programa de televisão, achei pertinente escrever sobre.

Como Coach, não tenho a pretensão de esgotar o assunto e sim de tão somente colocar luz sobre o mesmo, com base no conhecimento empírico.

Normalmente, a frase "Eu sou assim" nos remete à letra da música Gabriela, de Dorival Caymmi, que diz:

**"Eu nasci assim, eu cresci assim, eu sou mesmo assim, vou ser sempre assim"**.

Colocar de forma definitiva e imutável o comportamento ou o pensamento atual, aumenta a resistência à mudança.

Em um primeiro momento, parece-se estar protegido dentro deste casulo, o que não é verdade.

O fato de se expressar dizendo "Eu sou assim", encerra possibilidades a si próprio, pois nem sequer ouve-se a opinião alheia, o que impede o desenvolvimento.

Pense em quantas vezes mudou de opinião sobre determinado assunto após se aprofundar. Quantas vezes precisou melhorar seus hábitos por identificar que se os mantivesse seria prejudicado?

Se realmente "Eu sou assim" fosse verdade absoluta, as mudanças acima jamais aconteceriam.

Acredito que seja o medo de se entregar à vulnerabilidade natural a todo ser humano, que o impede de se ver como um ser em construção.

Assim, ao invés de dizer "Eu sou assim", diga: **"Eu estou assim e posso mudar quando quiser"**.

A partir desta mudança, as conversas em todos os níveis acontecerão com muito mais leveza e, principalmente, com aprendizado mútuo.

Experimente e comente aqui depois.

Sucesso!

[Confira mais dicas!](#)

## Sueli Maurício

Master Coach e Coach Executiva & de Negócios

☎ (18) 99792.4640

☎ (18) 99792.4640

📷 @SUELIMAUICIOCOACH

📍 Sueli MAURÍCIO COACH

📺 Sueli MAURÍCIO COACH

✉ SUELIMAUICIO7@GMAIL.COM

📘 @SUELIMAUICIOCOACH



Quer saber mais?  
acesse meu site!

Sueli Maurício

Master Coach e Coach Executiva e de Negócios

22 anos de experiência em Desenvolvimento Humano

05 anos de experiência como Coach Integral Sistêmico

