



ANTIFRAGILIDADE



O QUE ANTIFRAGILIDADE?

NASSIM NICHOLAS TALEB

KEITH DA LÓGICA DO CENÁRIO E ARRISCANDO A PRÓPRIA PELE



Tradução e revisão por
Ricardo Augusto de Almeida

Copyright © Nassim Nicholas Taleb
Todos os direitos reservados
Reimpressão de 2014

ANTI- FRÁGIL

Coisas que se
beneficiam com o caos





Fragile

Damaged by
disorder



Robust

Resilient to
disorder

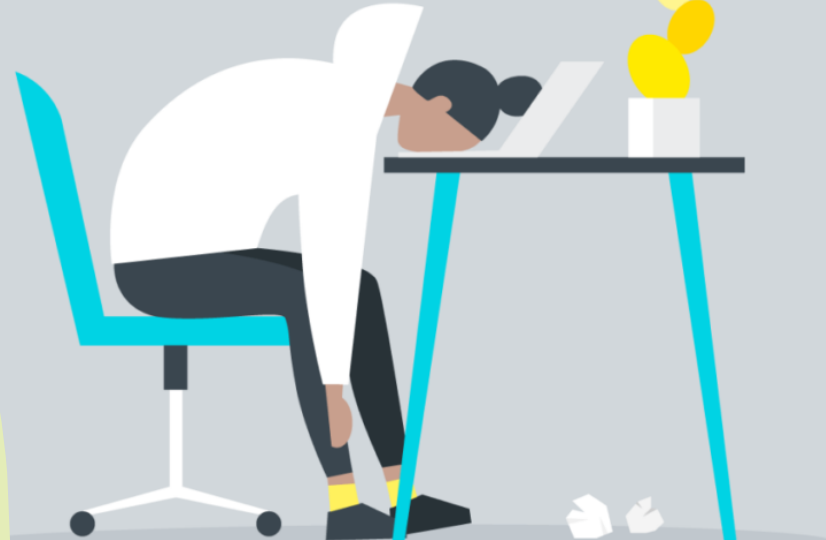


Antifragile

Benefits from
disorder

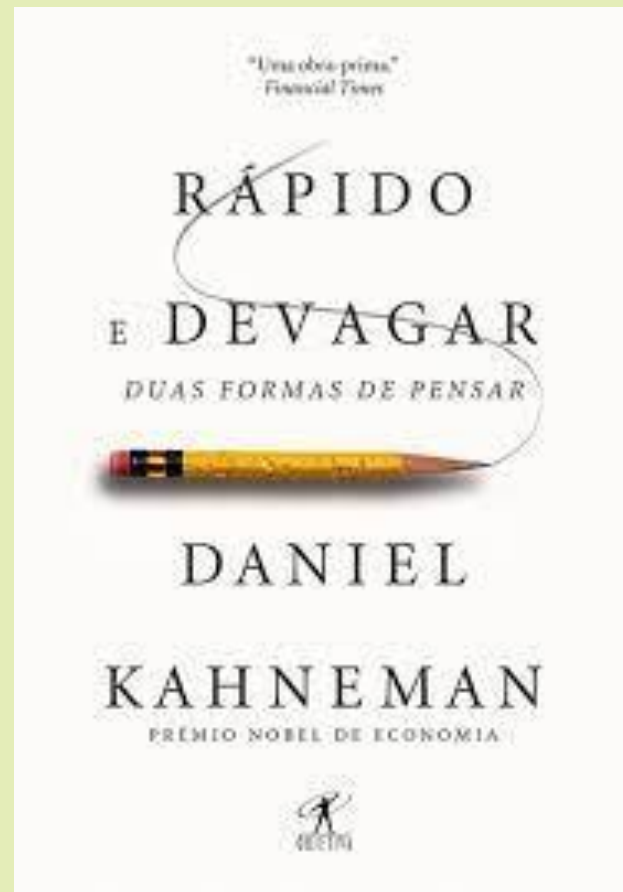
ANTIFRÁGIL X RESILIENTE

POR QUE O CAOS É
TÃO AMEAÇADOR?



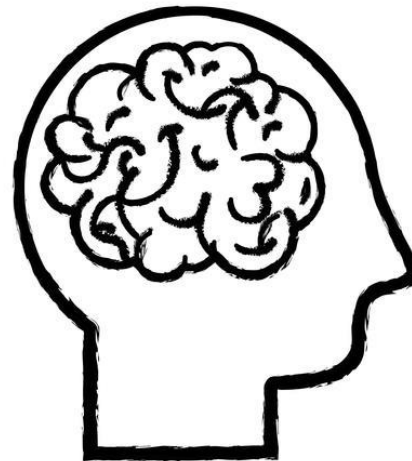
RÁPIDO E DEVAGAR

- Processamento de informação
- Sistema 1: rápido, pouco reflexivo, não consciente, tarefas rotineiras e simples
- Sistema 2: lento, consciente, reflexivo, tarefas que exigem esforço cognitivo



CAOS

- Repensar valores e conceitos
- Alto gasto de energia
- Ser humano programado para trabalhar na zona de conforto



CAOS: OPORTUNIDADE DE CRESCIMENTO

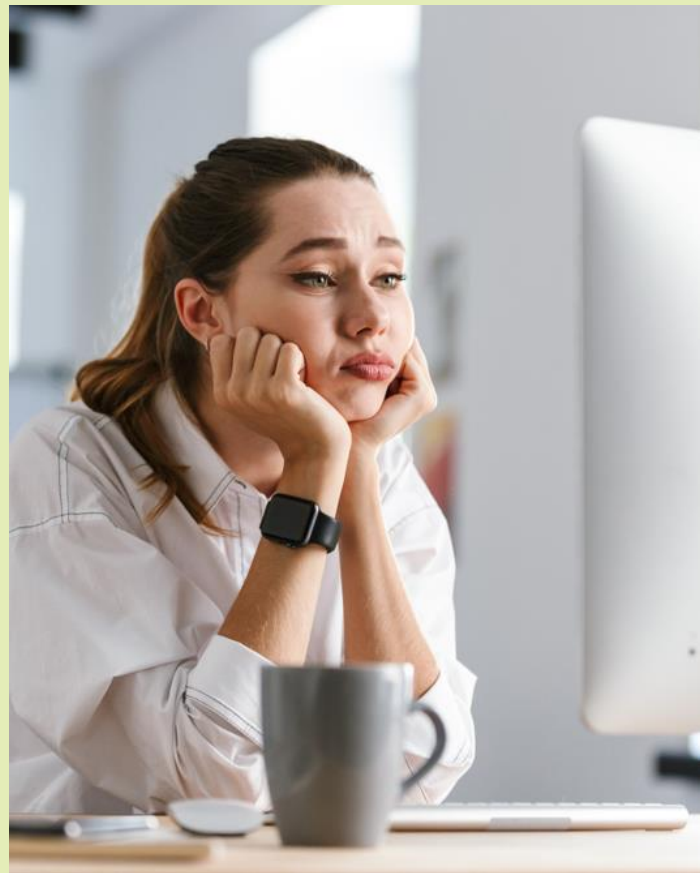
SEJA ANTIFRÁGIL

- Entenda os desafios como oportunidades de crescimento
- Busque se desenvolver constantemente. Quando mais preparado você estiver, mais facilmente os desafios serão vencidos
- Saia melhor de cada problema que você enfrenta



MAS CUIDADO

- Busque ajuda. Sozinho é sempre mais difícil
- Respeite os seus limites e cuide da sua saúde
- Crescer dói. Não fuja da dor, mas não deixe que ela tome conta de você



**O CRESCIMENTO É UM
PROCESSO LENTO E GRADUAL.
SUBA UM DEGRAU DE CADA
VES**

Quem tem Unimed tem mais.



Paulo Jelihovschi
(31) 992052300