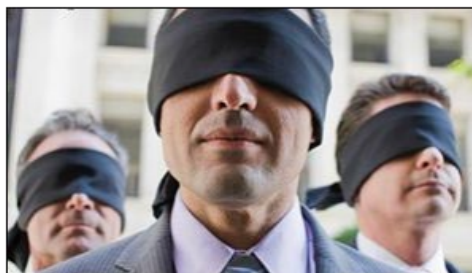


Veículo: HSM

Data: 18/11/2009



Gestão

Ser morno significa não prosperar

Ficar na zona de conforto não só o impede de prosperar como pode acarretar regressão e frustração. Evite!

Alasdair White, professor britânico especialista em gerenciamento de desempenho, afirma que zona de conforto é um estado comportamental em que a

pessoa opera em um nível neutro de ansiedade, geralmente sem senso de risco.

Dessa forma, a zona de conforto é o lugar em que as pessoas ficam por acomodação, preguiça e apenas sobrevivem. Com isso, se mantém sempre no mesmo ciclo pessoal (que pode ser entendido como as formas que escolhemos para viver, conduzir nossas escolhas e obter resultados pessoais) e não prosperam.

Como exemplo de zonas de conforto, cito pequenos vícios:

- É sabido que fast food não faz bem à saúde. Contudo, muitas pessoas não conseguem trocá-lo justamente pela praticidade que oferecem;
- Diferente da sua operadora de cartão de crédito, uma concorrente não cobra anuidade. Mas e a preguiça de mandar toda a papelada para análise?
- Sabemos que o uso correto da agenda pode melhorar a gestão do tempo, porém preferimos deixar as coisas como estão porque mudar o jeito de se organizar dá trabalho.

Além disso, quando se permanece por muito tempo nesta zona, corre-se o risco de, mais do que estacionar, regredir, descer para o **Ciclo de Frustração**. E esta é a fase caracterizada por uma condição de prejuízo permanente.

No livro *Mais Tempo e Mais Dinheiro*, escrito por mim e pelo consultor financeiro Gustavo Cerbasi, indicamos que para se ter mais tempo e dinheiro é necessário, justamente, sair dos limites atuais e fazer escolhas diferentes. Tal mudança pode gerar inicialmente uma sensação de desconforto, típica de momentos de adaptação e passageira. Na obra também apontamos algumas atividades e modos de agir que expandem sua atuação para além da zona de conforto. Entre elas estão:

- Admitir que você está errado;
- Aprender a dizer não;
- Sair de um relacionamento que não gera resultados;
- Começar algo novo;
- Começar a usar uma agenda eficiente.