

Veículo: Uba Web

Data: 22/11/2009



Ser morno significa não prosperar
Christian Barbosa

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 mantêm 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 é 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.

Com isso, fica claro que o importante para chegar ao Ciclo de Prosperidade é se arriscar a sair da zona do conforto, mesmo que essa experiência a princípio dê errado. O morno não traz benefícios e nem faz sair do lugar.

Nota do Editor: Christian Barbosa (www.christianbarbosa.com.br) é um dos maiores especialistas em gerenciamento do tempo e produtividade pessoal e empresarial. Autor dos livros *A Triade do Tempo - A Evolução da Produtividade Pessoal*, pela Editora Campus, e *Você, Dona do Seu Tempo*, pela Editora Gente. Sócio da Triad - empresa especializada em produtividade que presta consultoria, treinamento e oferece produtos diferenciados. Facilitador do programa de empreendedores do Sebrae/ONU - Empretec. Sua metodologia e teorias sobre produtividade ganharam destaque e importância