
Zona de desconforto

Pedro Nadaf

Certamente você já ouviu falar muito em "zona do conforto", por este motivo vou abordar o contrário, falar o quanto é importante a "zona de desconforto". Afinal ela pode ser ótima para um novo sentido da vida, principalmente no aspecto profissional. Que me perdoem os que nem se "arriscam e nem petiscam", ou que não movem uma palha do lugar na busca por qualquer tipo de mudança, e ainda os que esperam cair do céu suas oportunidades de ascensão.

A vida tem me mostrado que as experiências enriquecedoras muitas vezes vêm quando se sai da rotina, do comodismo e se enfrenta as adversidades, não contando nem com a sombra e tão pouco com a água fresca.

Muitas vezes uma pessoa está totalmente insatisfeita no trabalho, mas julga que não pode mudar a situação, prefere se prejudicar do que reverter um quadro. Prefere o estado de inércia. É como se fosse uma lagarta que mesmo criando asas prefere o casulo por ser mais quente, ou mais seguro. Correr risco já é importante por tornar a vida muito mais interessante, o imprevisível pode ser também o extraordinário, e a rotina nada desafiadora.

O nascimento é a primeira grande mudança do ser humano, e ele é brusco, marcante, mas a transição da vida do útero materno para a externo é uma viagem muito interessante, se abrem novos caminhos, são criados novos métodos de adaptação de forma natural, o espírito se fortalece, criam-se novas estratégias de renovação, para ter equilíbrio, para vencer os medos, para prosperar, e para vencer. É a primeira zona de desconforto "aparente" que o ser humano enfrenta, pois na realidade o novo habitat lhe permite a expansão, a liberdade de movimentos, o rir, o chorar. O mundo muda a todo momento, e acompanhar suas mudanças é inevitável para a sobrevivência, e ter motivação é imprescindível.

Gisela Kasso, consultora, especialista em criatividade e administração de mudanças, tem criado estruturas para motivar e capacitar profissionais para que eles gerem, avaliem e implementem idéias em diversas áreas, e dentro deste processo tem ensinado as pessoas a saírem da zona de conforto. Ela disse recentemente que o nosso know-how tecnológico precisa estar em evolução constante, sendo que as circunstâncias externas variam e são muitas vezes imprevisíveis.

Se a zona de conforto faz com que a pessoa se sinta incapaz de mover-se ao crescimento, a zona de desconforto opera de forma decisiva ao rumo da proclamação da autonomia. Por mais que uma pessoa resista vir para a zona de desconforto, um dia obrigatoriamente acaba sendo lançada à ela, pois não conheço ninguém que nunca tenha passado por um momento de dificuldades, obrigando-se a não assumir a posição de pessoa derrotada. Permita-se, portanto, as novas experiências, por mais desconforto que isso possa trazer, isso pode lhe revelar algo extraordinário.

Deixo claro que não estou convidando a todos para ficarem na zona de desconforto, mas alertando aos que pensam que o conforto é estático e o paraíso eterno. Enfrentar o desconforto e sair dele é o mesmo que multiplicar suas chances de ser feliz, sem medo de ousar, sem medo de errar, sem medo de mostrar seus defeitos e até sentimentos, sem medo de mudar de emprego, mesmo passando dos 40 anos de vida. Ir para a zona do desconforto muitas vezes é acreditar que você pode vencer.

Pedro Nadaf é secretário de Estado de Indústria, Comércio, Minas e Energia e presidente do Sistema Fecomércio/Sesc/ Senac-MT. E-mail: p.nadaf@terra.com.br