

Para ter sucesso, é preciso se aventurar no desconhecido

A Master Coach Silvia Bez comenta que, apesar de difícil, sair da zona de conforto é uma das principais atitudes para o desenvolvimento pessoal e profissional

17/10/2016 16:09:56

*Por Silvia Bez

Ao longo da vida nos acomodamos e criamos nosso próprio refúgio. Ficamos acostumados com a rotina e conformados com o estilo de vida e sempre os mesmos resultados, seja no ambiente familiar, social ou profissional. Isto é o que chamamos de “zona de conforto”.

A maioria das pessoas deseja cuidar melhor da alimentação, fazer exercício físico, deixar para trás o que não faz bem ou melhorar o que traz benefícios. Iniciar algo novo e trabalhar nas mudanças necessárias para transformar suas vidas.

Entretanto, atitudes tão simples se mostram difíceis de fazer e falhamos na hora de executá-las. Por que isso acontece? A resposta é simples: qualquer mudança nos tira da zona de conforto.

A vida moderna é extremamente dinâmica e precisamos nos adaptar às frequentes mudanças. Isso é desconfortável e nos causa insegurança e ansiedade, mas é necessário. Precisamos estar dispostos e nos preparar para os desafios que aparecem todos os dias.

É claro que estas rápidas mudanças nos causam insegurança. As relações sociais, profissionais e comerciais vivem em constante instabilidade e novidades surgem o tempo todo. E para aprender a lidar com esta situação, precisamos nos aventurar no desconhecido.

Encarar o desconhecido nos comporta o risco de perder o controle da situação e, ao sair da nossa zona de conforto, entraremos em um terreno que não dominamos. Por isso, a tendência natural é a de continuarmos na mesmice do dia a dia, mergulhados em uma situação que controlamos.

Nossa mente e desenvolvimento pessoal estão diretamente relacionados com o poder de abandonarmos o conhecido, habitual a automático. Precisamos ter confiança, arrojo e determinação para crescer e aproveitar ao máximo as oportunidades que a vida nos oferece.

Enquanto estiver dentro de sua zona de conforto, não estará crescendo nem aprendendo coisas novas. Fará as mesmas coisas de sempre, e, desse modo, irá conseguir somente o que sempre teve.

Portanto, para obter o crescimento pessoal você precisa ter atitudes que não está habituado, mas que são fundamentais para a mudança que deseja. Reflita sobre suas conquistas e perceba que resultados diferentes e significativos só aconteceram quando você fez algo novo. O novo assusta, mas é o que te levará ao sucesso.

Lembre-se sempre desta frase, de Steve Blank, escritor e empreendedor de grande sucesso: “Grandes empreendedores estão confortáveis em estarem desconfortáveis”. Por isso você precisa abandonar a sua “zona de conforto” se quiser crescer de verdade.

*Silvia Bez é palestrante motivacional, especialista em vendas e marketing pessoal, além de Master Coach. Em seu trabalho, sempre foca o lado humanista. Formada pela Sociedade Latino Americana de Coaching e pela IAC (International Association of Coaching), é autora dos livros “Paixão em Vender – 5 Segredos do Vencedor”, “7 passos para se apaixonar pelo que faz” e “5 Passos para fortalecer sua Memória”. Site: www.silviabez.com.br

Sobre Silvia Bez

É palestrante motivacional, especialista em vendas e marketing pessoal, além de Master Coach. Em seu trabalho, sempre foca o lado humanista. Com um portfólio de palestras com mais de 30 mil pessoas, também oferece serviços de treinamentos, seminários, workshops e coaching pessoal e profissional.