

EM 15 ANOS, MUITA COISA MUDOU...
 MAS, NA PROATIVA, O CLIENTE CONTINUA SENDO A PRIORIDADE.



BEM FELIZ

O PODER DAS ESCOLHAS

Publicado em 7 de julho de 2015



É comum ver as pessoas reclamarem dos resultados obtidos na vida pessoal, profissional ou amorosa como se tudo não passasse de mera coincidência do destino. Seríamos, então, predestinados a viver as nossas histórias tal como elas se desencadeiam ou a construímos dia após dia, a partir das escolhas que fazemos? Por que, afinal, é tão difícil escolher? Fariamos escolhas diferentes se, no momento de tomada de decisão, elas chegassem em fases distintas de nossas vidas? Estes são alguns dos questionamentos que me faço quando o assunto em questão são as escolhas.

No caso das mulheres que escolhem romper suas relações, a realidade não é muito diferente. Embora, em grande parte dos casos, a dor é um elemento quase sempre presente e com o qual se precisa lidar de forma delicada.

Nesse sentido, o Coaching nos ajuda a entender esta equação de que não é porque sempre foi de um jeito a nossa vida, que devemos ou precisamos continuar fazendo da mesma forma. Em termos práticos, costumamos afirmar que é, efetivamente, impossível colhermos "melancia" se passamos a vida interna plantando "mamão".

Repare que neste contexto não existe um certo ou um errado. Ninguém afirmou que melancia é melhor do que mamão. Simplesmente, acabamos por obter um resultado, quando o nosso anseio é por outro. E isso de algum modo nos torna infelizes ou incompletos (se é que a completude existe).

É aí que entra o coach, profissional que tem como objetivo levar o coachee (isto é, a pessoa que se submete à intervenção de Coaching) à reflexão sobre como é possível fazer diferente para atingir os resultados esperados. Ou seja, o movimento é o de desconstruir os paradigmas, remodelando e experimentando novas possibilidades de atuação.

Inexoravelmente, ao longo da vida, passamos por situações em que somos confrontados a fazer escolhas que podem alterar o rumo de toda uma trajetória.

Quando ainda adolescentes, por exemplo, escolhemos o curso superior que vamos estudar, e isso pode determinar vários campos de nossas vidas. Estaríamos aptos a fazer escolhas de tamanha importância, sem a maturidade necessária? Se fizermos a escolha errada, teremos volta?

O temor em decidir está diretamente relacionado a uma importância e com o possível impacto que a decisão poderá ter na vida de uma pessoa. Em geral, são situações que geram dúvidas e incertezas. Mas, afinal, como decidir sobre coisas tão relevantes? E se não for a melhor decisão? E se eu me arrependerei?

Escolher implica, necessariamente, em abrir mão de alguma coisa, na expectativa de ganhar outra. E, portanto, não temos como saber qual é a melhor opção. Não há uma fórmula mágica que nos garanta o que dará certo ou não no futuro. E quase sempre esta incerteza é motivo de angústia e ansiedade.

Há também quem prefira culpar o outro ou o destino. Como consequência, o resultado pode acabar sendo muito diferente daquele que gostaríamos, gerando ainda mais frustração. E o pior: não somos capazes de perceber o quão responsáveis fomos por isso. Afinal, tudo é escolha – inclusive, quando ficamos inertes frente aos estímulos e, sobretudo, quando permitimos que alguém faça a escolha por nós.

O caminho, então, talvez seja perceber que mesmo quando preferimos não decidir nada, uma decisão já foi tomada: a de não se comprometer. A questão é que não percebemos que realizamos, muitas vezes, esse mecanismo de fuga.

Em resumo, vivemos num mundo repleto de riscos, onde nunca teremos a certeza se nossas escolhas serão as mais adequadas. E nos posicionarmos talvez possa implicar em trilhar caminhos, no mínimo, mais honestos com nós mesmos.

Esta é a primeira edição da coluna "Coaching" no site "bem Separadas". Traremos aqui discussões sobre temas do dia a dia, que impactam na forma como sentimos e pensamos o que acontece ao nosso redor. Espero que tenham gostado! Boa leitura e até a próxima.

Flávio Resende é jornalista, coach, e pós-graduado em Coaching Ontológico, pela Homero Reis & Consultores.

Compartilhe esse texto com alguém:

Email Facebook



FLÁVIO RESENDE – JORNALISTA E COACH

Onde você quer chegar? Que etapas terá de passar? Em meus artigos abordarei dicas de como superar alguns obstáculos como crises internas, solidão, medo, síndromes para que todos consigam alcançar seus objetivos de vida.

www.flavioresende.com.br Fone: (61) 9216-9188 / (61) 3242-9058

READ IN ENGLISH

Selecione o idioma
 Powered by Google Tradutor

SOBRE A CRIADORA



VALÉRIA RUIZ

Olá! Meu nome é Valéria Ruiz, sou empresária e tenho 42 anos. Tenho 2 filhos: Ana Beatriz, de 22, e João Victor, de 16.

Fui casada por 19 anos e há 3 anos me separei. A ideia do site Bem Separadas surgiu com o intuito de acolher, orientar e apoiar mulheres que estejam passando pela mesma situação. Pretendo falar sobre as dores, dificuldades, inseguranças pelas quais passamos neste processo, mas principalmente sobre as alegrias, as certezas e as superações que conquistamos quando descobrimos que "a melhor maneira de ser feliz com alguém, é aprender a ser feliz sozinha. Daí a companhia será questão de escolha e não de necessidade."

Acompanhe também minha coluna na Revista Ludovico, do jornal O Popular.

Valéria Ruiz

CURSO: ARTE DA NEGOCIAÇÃO



Saiba mais sobre o curso →

INDIQUE PARA UMA AMIGA

Acha que nosso site pode ajudar? Indique o Bem Separadas para alguém anonimamente.

Friend Email

Enter your message

Enviar

Digite sua busca e aperte enter...

NOSSOS MECENAS

