

"O otimismo é a fé em ação. Nada se pode levar a efeito sem otimismo."

Helen Keller

# CRESCER

Ano VI - Nº 211 • 18 de fevereiro de 2009

O CRESCER é uma publicação do Setor de Comunicação da  **TECNOLENS**  
O Laboratório da Sua Ótica

## Preparação sim, insensatez não

Uma crítica que já escutei é que o otimismo pode ser perigoso: "A pessoa excessivamente otimista pode se lançar a desafios sem a devida preparação e correr riscos desnecessários". De fato, fazer uma avaliação sem estar preparado e, mesmo assim, almejar um bom resultado é insensatez, e não otimismo exagerado. Para ser bem-sucedido nos testes da vida, além de otimismo, é necessária preparação. A falta de dedicação e seriedade não deve ser confundida com otimismo exagerado.

Luis Rojas Marcos, médico espanhol que pesquisa a relação entre otimismo e saúde, além de autor do livro *A Força do Otimismo*, editora A Esfera dos Livros, afirma: "O otimismo saudável não implica um falso sentido de invulnerabilidade nem um estado alucado de euforia. Pelo contrário, é uma forma de sentir e pensar que nos ajuda a utilizar judiciosamente nossas próprias habilidades, recursos do meio ambiente e a lutar contra as adversidades sem nos desmoralizarmos".

Otimista, portanto, é a pessoa que tem a motivação para se preparar – mesmo diante de situações em que há poucas chances de sucesso. Justamente por ser otimista, o indivíduo adquire a disposição necessária para se empenhar e investir em seu fortalecimento e crescimento diante dos embates do cotidiano. Às vezes, ouço as pessoas tacharem de otimista alguém que se propõe a executar tarefas para as quais não tem a mínima capacitação. Isso seria o mesmo que dizer que alguém que pula de pára-quadras, mesmo sabendo que o equipamento não foi montado apro-

priamente nem teve a devida manutenção, é otimista. Insensatez é uma coisa, otimismo é outra. Não é sensato correr riscos desnecessários. Por isso, o otimista arrisca sim, e muito, mas quando está preparado.

### Otimismo que leva a preparação

Em uma campanha para a prefeitura de uma cidade do interior de Minas Gerais, um dos candidatos contava com apenas 4% da intenção de votos a 40 dias das eleições. Segundo os analistas políticos, ele era exageradamente otimista, o que o fez investir tudo contra o candidato favorito. Seu otimismo, porém, em vez de atrapalhar, ajudou. Ele possuía uma fenomenal motivação para ir à luta e dedicar-se de corpo e alma a uma campanha exaustiva, que incluía visita pessoal à grande parte do eleitorado.

Como o candidato favorito achava que já tinha ganhado, não investiu tanto nas estratégias de contato corpo a corpo, que exigiam enorme entrega pessoal. O favorito, confiando nas pesquisas políticas, adotou uma postura não otimista, e sim insensata: não investiu devidamente na comunicação direta com o eleitorado nem compareceu aos debates. Enfim, não se preparou como devia. Alguns o tacharam de exageradamente otimista, mas ele foi, na verdade, descuidado.

Resultado das eleições: aquele que realmente era otimista e se preparou com descomunal afinco e disciplina pessoal saiu dos míseros 4% do início da campanha para uma vitória expressiva em 99% das urnas.

Com o relato dessa história, podemos entender que ser otimista é jamais desistir diante das adversidades. Quando caímos, levantamos-nos porque acreditamos que, com um pouco mais de dedicação e disciplina pessoal, conseguiremos melhores resultados.

### Você explica como otimista ou pessimista? – Martin Seligman, médico norte-americano

dedicado à pesquisa do otimismo, observou que a forma com que explicamos as coisas que nos acontecem determina como nos sentimos em relação a elas. Os pessimistas tendem a generalizar os fracassos falando: "Eu sou assim mesmo, estou sempre falhando". Já os otimistas dizem: "Sim, não consegui dessa vez, mas vou continuar tentando e me preparando mais, pois sei que da próxima vez conseguirei".

O otimismo é um fator fundamental para a disciplina e dedicação essenciais ao sucesso em qualquer atividade. Se a pessoa já parte para seu dia de trabalho com uma atitude derrotista, não consegue arregimentar as forças pessoais necessárias para enfrentar os desafios. Aquele que levanta todos os dias com forte expectativa positiva poderá seguramente transformar desafios em incríveis oportunidades de vitória!

**Ômar Souki**

*ministra treinamentos para equipes de vendas de empresas nacionais e internacionais. Seus cursos, assim como seus livros, têm promovido transformações nas pessoas e nas empresas.*

*E-mail: [omar@souki.com.br](mailto:omar@souki.com.br)*