

Jornal O Globo

Entre Fatos e Sentimentos

Por Roberto Camanho

25 de outubro de 2013, Opinião, página 21

Por que existem momentos em que você acredita que nem vale a pena falar?

Para decidir o que falar, avaliamos os ganhos e perdas. Tudo isso é automático e nem percebemos que selecionamos nossas falas. Viver sempre no modo “selecionar as falas” é desgastante e gera insatisfação. Por isso os papos no bar são gratificantes.

Num bar, dependendo do momento, você liga pouco o botão “selecionar as falas”. Nem encontra mais o botão. Mas na reunião de apresentação de resultados para a diretoria, em um ano de crise, o botão estará sempre ativo.

“A relutância por falar ideias relevantes ou questionamentos no ambiente de trabalho é frequentemente atribuída à preocupação dos empregados sobre as consequências pessoais”. É o que afirmam os professores Amy C. Edmondson, da Universidade de Harvard e James R. Detert, da Universidade de Cornell, no artigo *Implicit Voice Theories: Taken-for-Granted Rules of Self-Censorship at Work* (“Teorias de Voz Implícita: Regras Dadas por Pressuposto de Autocensura no Trabalho”). Falar em público e estar preocupado se seu discurso poderá trazer consequências negativas são reflexos da ação das vozes implícitas que os autores pesquisaram.

É importante saber que o cérebro é uma máquina de sobrevivência. A ordem é sentir primeiro e pensar depois, é o instinto de preservação agindo. Por exemplo: ao escutarmos um barulho de freada próximo ao nosso carro, entramos em estado de alerta – primeiro vem o sentimento e depois o pensamento.

Entre fatos e sentimentos, o sentimento carrega um peso maior. Por isso, selecionamos as nossas falas em função da percepção de ganho ou perda que temos do histórico de nossas vidas em ambientes diferentes.

O sociólogo Peter Berger, em seu livro *Perspectiva Sociológica*, comenta que em cada ambiente é criado um conjunto de regras que moldam as nossas ações, preferências, expectativas e atitudes intimamente ligadas ao papel que cada um de nós assume na sociedade. Fica evidente que atuamos com um repertório de papéis em locais diferentes: um chefe autoritário no escritório pode ser um servo no lar. Atuamos em cada cena específica de acordo com o nosso papel no momento e os outros personagens são esquecidos enquanto durar a cena.

Ao trabalharmos em ambientes em que não vale a pena falar, acreditamos que para reduzir nossas insatisfações e vivermos melhor conseguiremos mudá-los sozinhos. Engano nosso. É uma variável da qual não temos controle. Às vezes novos gestores de alto nível conduzem mudanças e melhorias no ambiente de trabalho, mas isso só ocorre se os mais poderosos desejarem a mudança.

Portanto, é importante entender o seu limite de ações ao buscar melhorar sua vida profissional. Saiba que poderá mudar o script do seu personagem e a peça em que prefere atuar. Mas deve estar ciente de que, dificilmente, conseguirá mudar o enredo da peça em que está atuando.

link: <http://acervo.oglobo.globo.com/busca/?busca=roberto+camanho+2013>