



## Empreendimentos



Então vamos falar de empreendimentos. E, pra começar, vamos deixar clara uma distinção: empreendedor e empresário não são a mesma coisa. Empresário é quem tem ou cuida de uma empresa, empreendedor é quem empreende qualquer coisa na vida. Ou seja, não vou tratar aqui de questões empresariais, mas de algumas questões psicológicas do ato de empreender.

Para conseguirmos realizar um objetivo, precisamos basicamente de três coisas: disciplina, constância e foco.

A disciplina é a organização necessária para estabelecermos a meta com clareza, definirmos os passos a serem dados e termos a disposição para pequenos atos como criar um roteiro, uma agenda, um plano, nem que sejam mentais.

A constância é a persistência, a regularidade, a repetição. É nos condicionarmos a, por exemplo, todo dia ir à academia, ligar para um cliente a cada dois dias ou lermos um livro ou apostila a cada semana.

E o foco é a direção do seu pensamento, a atenção, o estar alerta. Se você se habitua a pensar na sua meta, a associar tudo o que vê, ouve e sente ao seu objetivo, você aproveita as oportunidades em vez de deixá-las passar.

Agora perceba o seguinte: a disciplina leva à constância, pois um planejamento organizado facilita o cumprimento de tarefas repetitivas. E a constância leva ao foco, pois a regularidade cria o hábito de pensar em determinado assunto. E o mais interessante: o foco leva de volta à disciplina, pois de tanto aquele tema povoar os seus pensamentos, você acaba sistematizando-o, ou querendo torná-lo mais claro pra você mesmo.

Ou seja, é um círculo. E se é um círculo, você pode começar em qualquer ponto dele. Para alguns, mais sistemáticos, começar seu empreendimento pela disciplina é mais fácil. Para outros, é melhor primeiro estabelecer uma rotina, um condicionamento. E quem tem mais familiaridade com o exercício da concentração pode iniciar pelo foco.

Mas os três elementos são fundamentais para o sucesso. Se um deles faltar, já se forma o desequilíbrio. Se um deles estiver em excesso, pode até gerar conflitos (disciplina vazia é infrutífera, constância demais é inflexibilidade, foco extremo pode virar obsessão).

Como tudo na vida, o segredo é o equilíbrio.

\* \* \*

Gostou deste artigo? Mande-me seus comentários e opiniões. Responderei a todos!

Um abraço positivo!



**Flávio Fonseca**

Psicoterapeuta

[flaviofonsecapsi@gmail.com](mailto:flaviofonsecapsi@gmail.com)

[www.flaviofonsecapsi.com](http://www.flaviofonsecapsi.com)