

Objetivo	identificar e minimizar os efeitos dos aspectos negativos no ambiente de trabalho.
Palavras-chave	relacionamento, comportamento.
Tempo estimado	7 minutos

# A Caixa de Pandora

José Wilson Falcão  
Historiador e Professor

## Você vai ler:

- ▶ Os cuidados com os aspectos negativos no trabalho.
- ▶ Aplicação do conceito de par confortante.
- ▶ A figura mítica da Caixa de Pandora.



**A**lgumas coisas nos incomodam no trabalho. Podemos até dizer que essa constatação é normal. Afinal, construímos nossa carreira passando por situações incômodas e enfrentando desafios.

O que chama a atenção e merece cuidado é quando nossa realidade aponta para uma verdadeira avalanche de aspectos que nos atormentam e dificultam o nosso dia-a-dia. Aí o ambiente de trabalho vira um pesadelo.

Tal situação exige que nos antecipemos para retornar a época de paz administrada. Com um pouco de atenção e uma caneta na mão, a primeira tarefa é anotar tudo o que estiver nos chateando, para termos uma noção mais clara daquilo que faz parte das nossas constantes queixas.

Numa segunda tarefa, para diminuir o impacto dos aspectos negativos, poderíamos associar a cada problema o seu par **confortante**. Vamos ensaiar:

*Para cada problema, encontre e cultive algo que lhe dê ânimo, que revigore suas forças para enfrentar os desafios.*

- |                           |  |
|---------------------------|--|
| 1. arrogância             | a. compreensão                         |
| 2. colegas mal-educados   | b. companheiros atenciosos e elegantes |
| 3. tarefas monótonas      | c. trabalho desafiador                 |
| 4. ambiente desorganizado | d. local limpo e harmonioso            |
| 5. competição desleal     | e. postura ética                       |
| 6. sobrecarga             | f. equilíbrio                          |
| 7. regras confusas        | g. tarefas definidas                   |
| 8. pressão                | h. confiança                           |
| 9. inveja                 | i. objetivos claros                    |
| 10. cobiça                | j. companheirismo                      |

Quais são os seus problemas? Quais seriam os seus respectivos pares confortantes? Já experimentou listá-los e associá-los?

Após montar o seu próprio quadro, o primeiro passo é desenvolver estratégias para conviver com os problemas. Isso requer muita força de vontade e despojamento, concentração e disciplina. Enfim, aquilo que é essencial para o mundo do trabalho. Ler para saber como lidar com tais problemas. É aconselhável buscar orientação adequada. Usar da franqueza com bom-senso também.

O segundo passo é cultivar os aspectos confortantes - as letras. Não significa iludir-se, mas ao menos tentar um contraponto diante dos problemas. É no mínimo abraçar uma causa educativa onde todos saem ganhando. Nessa jornada, o componente fundamental é a coragem para mudar.

É a tal Caixa de Pandora. Essa figura mítica da Grécia guardava todas as desgraças humanas. Desde que a caixa ficasse fechada, a terra só teria uma vida de alegrias. Mas Pandora abriu a caixa e quase todas as tragédias escaparam, passando a fazer parte da vida das pessoas. Assustada, ela fechou novamente a caixa, antes que saísse a última tragédia: o mal que acabava com a nossa esperança.

É isso que você tem nas mãos. Mantenha a esperança e crie um ambiente melhor no seu trabalho. Isso também é uma responsabilidade sua.

## Lembre-se:

- ✓ Sempre haverá aspectos que nos incomodam no ambiente de trabalho.
- ✓ É sua responsabilidade manter um ambiente de trabalho saudável.
- ✓ A esperança é a última que morre.



## E você...

- ❖ Já listou o seu par confortante para cada problema?
- ❖ O que faz para melhorar o ambiente de trabalho?
- ❖ Qual estratégia utiliza para conviver com situações incômodas?

