

***Nie myśl o pieniądzach i saldzie swojego konta.
Nie myśl o rodzinie i wspólnych wakacjach na Lazurowym Wybrzeżu. Nie
myśl o sukcesie zawodowym, lepszym życiu i wyższym statusie społecznym.***

Wyobraź sobie ciepłą, piaszczystą plażę o zachodzie słońca. Stoisz na niej i patrzysz w dal aż po sam kres widnokregu. Słyszysz kojący szum morza. Delektujesz się ciszą... lekki wiatr opływa dosłownie Twoje ciało. Spójrz na siebie. Nie masz zegarka. Komórka została w hotelu. Jesteś tylko Ty i wszechogarniająca Cię natura...nic nie musisz. Zachodzące Słońce karmi Cię kojącym kolorem a Twój świadomy umysł jest całkowicie odciążony. Nie analizujesz rzeczywistości. Nie toczysz wewnętrznej walki. Nie zadajesz sobie trudnych pytań o życie. Czy to nie wspaniałe uczucie? Czy domyślasz się już, co mam Ci do powiedzenia?

Stojąc na brzegu, całkowicie zrelaksowany i wolny od obowiązków codzienności, od pytań swojego szefa, od oczekiwań najbliższych, pomyśl kim naprawdę jesteś! Wyświetl w swoim umyśle film, którego jesteś reżyserem. W tej chwili nie liczy się nic więcej niż Ty sam. W tym momencie pozwalasz sobie bez zbędnych ograniczeń na **pozytywnym egoistą!**

Założę się, że czujesz się wspaniale! Całkowicie wolny od ograniczeń. Świadomy samego siebie. Z pewnością chcesz, aby tak właśnie wyglądał każdy Twój dzień. Wszyscy dążymy do wewnętrznego spokoju i harmonii z samym sobą. Taka jest natura ludzka.

Niestety na drodze do spokoju i szczęścia jest wiele przeszkód. Niewłaściwi ludzie. Fałszywi przyjaciele. Znajomi, którzy chcą abyś zawsze był do ich dyspozycji. I ten najważniejszy wróg publiczny numer jeden... Twoje własne strefy komfortu!

Strefa komfortu to coś, co tworzysz Ty sam. Coś, co kreuje Twój własny, świadomy umysł. To Twoje własne, mentalne więzienie i teraz odbywasz swój zasądzony wyrok. Nie przejmuj się jednak. Nie jesteś sam! Masz wokół siebie wielu współwięźniów, którzy również zostali osądzeni przez ich racjonalne umysły. Człowiek ma naturalną tendencję do tworzenia stref komfortu. Pomyśl przez chwilę... i przeanalizuj poniższy przykład, przedstawiony w dwóch wariantach:

Wariant 1. Prowadzisz dużą, prężnie rozwijającą się firmę. Sprzedaż wzrasta

lawinowo. Twoje produkty stają się bestsellerami. Musisz zwiększyć produkcję, gdyż zwyczajnie nie „wyrabiasz” z terminową realizacją zamówień. Musisz zatrudnić nowych ludzi do pracy, bo inaczej stracisz pozycję lidera na rynku. Ogłaszasz zatem zamiar zatrudnienia specjalistów i przeprowadzasz rekrutację. Spotykasz się z kandydatami na potencjalnych pracowników i finalnie podejmujesz decyzję o ich zatrudnieniu. Uzyskujesz zamierzony efekt. Już wiesz, że możesz zagwarantować ciągłość produkcji i dostaw Twojego produktu do zainteresowanych odbiorców. Czujesz się doskonale. Znowu wygrałeś. Nie dosyć, że wyrosłeś na lidera w swojej branży, to jeszcze dzięki sprawnej rekrutacji zwiększyłeś produkcję. Zagwarantowałeś sobie właśnie sukces w najlepszym wydaniu i możesz być z siebie dumny!

Wariant 2. Chwilowo jesteś bezrobotny. Szukasz stałego, stabilnego zatrudnienia, które pozwoli Ci na realizację wielu potrzeb życiowych. Jesteś specjalistą. Znasz swoją wartość i wiesz, na jakim poziomie są Twoje umiejętności. Zasadniczo nie powinieneś martwić się o pracę. Każdy chciałby mieć takiego pracownika jak Ty. Jesteś sumienny, zawsze wykonujesz polecenia przełożonego i przykładasz się do powierzonych Ci zadań. Niemniej jesteś również człowiekiem świadomym. Wiesz doskonale, że konkurencja na rynku pracy jest bardzo duża. Wiele innych osób, równie dobrze wykształconych i posiadających podobne doświadczenie zawodowe jak Ty również szuka pracy. I nadchodzi ten dzień. Po żmudnym i męczącym wysyłaniu swojego CV do pracodawców, zostałeś zaproszony na rozmowę kwalifikacyjną. Oczywiście, że jesteś zdenerwowany. Kto by nie był...W końcu od efektu tej rozmowy zależy, czy będziesz mógł utrzymać rodzinę! Mimo zdenerwowania i rosnącego stresu, który dosłownie „zjada Cię” krok po kroku dopijasz najmocniejszą kawę w swoim życiu, a następnie wkładasz najlepszy garnitur i wychodzisz z domu. Droga do miejsca docelowego to istny koszmar. Mimo, że wyszedłeś godzinę wcześniej masz świadomość, że możesz nie zdążyć...utknąłeś w korku, który zdaje się nie mieć końca. Nerwowo spoglądasz na zegarek. Cenne minuty upływają, a Ty nadal masz do przebycia maraton! Twoje zdenerwowanie przekłada się na zachowanie. Wykonujesz nerwowe manewry. I tak przez kolejne 25 minut. Wreszcie możesz ruszać i płynnie dojechać do celu, jednak z tyłu głowy jakiś donośny głos krzyczy Ci do ucha „NIE ZDAŻYSZ!” ...Udało się i... po upływie kolejnych 30 minut możesz cieszyć się nową posadą!

Powyżej pokazałem Ci dwie sytuacje, które w sposób doskonały i szczegółowy

pozwolą Ci dowiedzieć się, czym są strefy komfortu.

Strefa komfortu, to miejsce, w którym czujesz się dobrze! To obszar Twojego jestestwa, który gwarantuje Ci bezpieczeństwo!

Z pewnością potrafisz dobrze zdefiniować to zjawisko po dwóch, wyżej przytoczonych przeze mnie wariantach.

Kiedy pracodawca ma w perspektywie zwiększenie produkcji (a co za tym idzie również dochodów firmy) poprzez zatrudnienie nowych pracowników jest w swojej strefie komfortu. Niczym nie ryzykuje. Co najwyżej jego dochody pozostaną na tym samym poziomie co aktualnie, jednak praktycznie nie istnieje prawdopodobieństwo, iż nie zatrudni nowych specjalistów. Jest w tzw. „swoim świecie”, który doskonale zna. Ty jednak szukasz pracy. Od tego zależy praktycznie całe Twoje życie. Jako, że masz świadomość konkurencji nie możesz być do końca spokojny. Denerwujesz się. Twoje ciało reaguje na rosnący stres. Nie potrafisz do końca skoordynować swoich ruchów. Goni Cię czas, a Ty stoisz w korku! Mimo, że wyszedłeś godzinę wcześniej nie możesz w spokoju dojechać do miejsca docelowego. Spokój odzyskujesz dopiero po pozytywnej rozmowie kwalifikacyjnej, zakończonej przyjęciem Cię do pracy. Do dziś byłeś bez zatrudnienia. Postanowiłeś jednak, że mimo iż to bardzo wygodne, nie pozostaniesz w tym stanie i zaczniesz szukać pracy. Opuściłeś swoją strefę komfortu i podjąłeś zadania zmierzające do zmiany swojej sytuacji życiowej. Brawo! Jednak zobacz, ile Cię to kosztowało!

Być może jeszcze nie do końca rozumiesz, czym są strefy komfortu. Pozwól, że uściślę tę kwestię poprzez odniesienie się do Twojego życia i zadania Ci pytania.

Czy jesteś człowiekiem, który:

- *nie do końca jest zadowolony z efektów, zwłaszcza w kontekście finansowym (zbyt niskie wynagrodzenie, niedocenianie osiągnięć, brak premii, itp.)*
- *ponad 20 kg nadwagi*
- *kosztem własnych potrzeb*
- *2 paczki papierosów dziennie mimo że doskonale zdaje sobie sprawę ze zdrowotnych i finansowych konsekwencji*
- *uwiera go przy każdym*