

Chocolate e concurso público

Pesquisas realizadas com crianças mostram o seguinte resultado: elas não conseguem esperar. O teste em comento foi o seguinte: deram às crianças a opção entre ganhar uma barra de chocolate, imediatamente, ou aguardar trinta minutos e ganhar duas barras de chocolate. As crianças mais novas optaram por uma barra, na hora, e à medida que a idade dos entrevistados crescia, concomitantemente, aumentava o número daqueles que eram capazes de esperar um pouco para ganhar o dobro.

É óbvio que você, concursando experiente, já sabe onde desejo chegar.

Concursandos "meninos", ainda em amadurecimento, não suportam aguardar o tempo suficiente (adultos vão precisar de mais que meia hora...) para ganhar todo o chocolate possível; eles preferem menos chocolate desde que seja de imediato. À medida que "envelhecem", passando meses ou anos no sistema "concurso público", os concursandos vão aprendendo a abrir mão de algum chocolate "imediato" em prol de mais chocolate depois. Concursandos "adultos" sabem administrar o tempo, o lazer e a urgente e descomunal necessidade de muito estudo, revisão e treinamento.

Não quero dividir as pessoas em "meninos" e "adultos", apenas registrar que – como em qualquer projeto – há um processo de amadurecimento que, muito mais que mudar o grau de conhecimentos auferidos, muda atitudes e comportamentos.

O chocolate "da hora" é o passeio, o cinema, a cama (para dormir ou o que mais você ousar), a festa, o fim de semana e tudo o mais que, inequivocadamente prazeroso, adia o estudo, a revisão, a realização de questões de concurso etc.

A questão da capacidade de ser o senhor de seu comportamento, seu próprio líder, de ter autodomínio e senso de oportunidade é, no final das contas, uma questão de maturidade. A mesma maturidade que nos induz a fazer escolhas, escolhas mais sérias que as relativas aos concursos públicos como a qualidade de nossos relacionamentos, de nossa alimentação, de nossa forma de enfrentar a depressão e as crises.

O ponto que estou defendendo é o seguinte: precisamos amadurecer para a vida. Se o fizermos, a maratona dos concursos se torna mais simples, pois as regras e princípios gerais, os valores envolvidos nos sacrifícios, que o concurso pede, são os mesmos que influenciam as demais áreas da vida. Como digo, nos concursos, "a dor é temporária, o cargo é para sempre". Isso é até mais fácil do que outras "dores", como, por exemplo, para mim, todos os dias acordar e alongar, correr, segurar minha compulsão por chocolate (olha ele aqui de novo!); todos os dias separar algum tempo para me acalmar, relaxar (enfrentando meu "work-alcoolismo"). Nos concursos, os sacrifícios terminam um dia. É bem melhor.

A proposta para reflexão de hoje é a necessidade de desenvolver a difícil capacidade de abrir mão do prazer imediato pelo prazer maior no futuro ou, em outras palavras, trocar prazeres menores por prazeres maiores no futuro. É uma troca, um negócio, um investimento, um plano, um desafio, uma idéia.

Se você pensa que isso é difícil, então me permita complicar um pouco mais essa equação. Abdicar totalmente do "chocolate" não funciona. As poucas pessoas que fizeram isso e passaram não são muito normais. Pessoas normais não suportam muito tempo sem períodos de descanso, se estressam, têm o rendimento reduzido, passam a ter mais dificuldade para passar e, com o passar do tempo, não raro, desistem.

Logo, mais do que se abdicar do sono mínimo, do lazer, da saúde, da atividade física, do namoro etc., o que seria mais "simples", você, concursando, é chamado a obter de todas essas atividades aquilo que elas podem contribuir para seu bem-estar e para o aumento de sua produtividade.

O tempo fora do estudo não é um tempo perdido, mas, sim um período em que, se bem-dosado, aumentará seu desempenho além de, naturalmente, impedir que você agüente a pressão.

E qual é o ponto de equilíbrio?

Bem, por favor, quem tiver a fórmula, me envie. Eu não a tenho. Assim como criar filhos ou manter o amor entre um casal, estabelecer essas fronteiras é um processo pessoal, progressivo, subjetivo, difícil e imune a fórmulas prontas. Não existe sabedoria pré-fabricada.

Por outro lado, existem algumas dicas que podem ajudar:

1. O equilíbrio é essencial. Ao tomar consciência disso, você estará mais perto de buscar seu ponto de equilíbrio, caminho muito mais produtivo e saudável para alcançar seus objetivos;

2. esteja presente naquilo que está fazendo;

3. entenda que qualidade vale mais do que quantidade;

4. há quantidades mínimas de sono, trabalho e outras atividades, sem as quais elas não rendem. Você deve descobrir suas reais necessidades de cada atividade e pode melhorar sua relação estando presente nelas (fazendo-as bem e sem pensar em outras) e até mudar o número de horas a partir de um novo padrão de vida (Exemplo: a. pessoas sedentárias precisam dormir mais: se você deixar de ser sedentário, terá mais horas de vida acordado e maior qualidade nelas; b. pessoas que esquecem os problemas antes de dormir irão mais rapidamente para o estágio de sono profundo e vão descansar melhor, recuperando-se mais do que aqueles que ficam remoendo problemas sobre o travesseiro).

5. Não há um número padrão de horas de estudo onde a aprovação é garantida. O número de horas ideal é o maior número de horas desde que a pessoa mantenha a qualidade do estudo e um mínimo de equilíbrio em sua vida pessoal.

6. Se, após todos os passos para administrar e obter tempo, ainda lhe faltar horas de estudo no seu dia ou na sua semana, você acabou de descobrir que vai levar mais anos para passar em um concurso. Tudo bem. Muitos servidores de hoje passaram pelo que você está passando e atualmente estão realizados. É possível. Mais uma dica: faça muitos resumos e revisões periódicas, e, eventualmente, reflita sobre a utilidade dos chamados "concursos escada".

7. Estas regras não funcionaram apenas para solteiros e sem filhos. Pessoas casadas, com filhos, com problemas, com doença na família, com idade avançada, todas elas podem chegar ao sucesso. Não aceite limitações como essas, pois são ilusórias. O máximo que a vida pode exigir de você é um pouco mais de esforço.

Não quero me alongar. Desejo, a todos, boas escolhas e muito chocolate.

William Douglas