

Veículo: IG Empregos

Data: 26/10/2009



Vale a pena investir em cursos de gestão do tempo?

A resposta depende do perfil de cada pessoa, segundo consultores

Maria Carolina Nomura

Se o dia parece não render e as tarefas tornam-se impossíveis de serem resolvidas no prazo certo, pode ser a hora de refletir se o problema não está, justamente, na administração do tempo. Nesse sentido, diversos cursos buscam ensinar as pessoas a gerirem melhor o seu tempo.

A **Catho Online**, por exemplo, ministra um curso desses, com duração de 15 horas. Segundo o diretor da empresa, Constantino Cavalheiro, o objetivo é ensinar como fazer o tempo trabalhar a seu favor e a lidar com as interrupções, como ler e-mails toda hora, por exemplo.

Apesar de o método on-line já requerer disciplina do estudante, Cavalheiro diz que eles orientam a pessoa a estabelecer um horário fixo para as aulas. "Assim, ela já vai aprendendo a se organizar."

Cautela - A escolha desse tipo de curso, contudo, deve ser muito criteriosa, na opinião de Christian Barbosa, especialista em administração do tempo e diretor da **Triade**, "Tem gente que dá treinamento de tudo, pega um monte de livros sobre o assunto e monta um curso sobre como se organizar. E acabam ensinando muita coisa velha. Usam um método antigo, por exemplo de priorização - o que é para hoje, para amanhã e depois. Isso foi criado na década de 1940. Não funciona mais", opina.

Planejamento – Barbosa diz que para administrar bem o tempo é preciso uma boa

ferramenta, seja um software de planejamento ou uma simples agenda. "O mais importante é o método: deve-se colocar os compromissos nessas ferramentas e consultá-las. Segundo nossas pesquisas, 68% das pessoas que reclamam que não conseguem gerir o tempo são aquelas que basicamente não conseguem usar a ferramenta."

O consultor acrescenta ainda que, de acordo com uma pesquisa da Universidade de Berkeley, nos Estados Unidos, as pessoas gastam em média 40 minutos do seu dia procurando informações que já têm, mas armazenaram em algum lugar que não conseguem encontrar.

Para a consultora de carreiras Rosana Bueno, de São Paulo, um dos grandes vilões do tempo são as interrupções. "Devemos olhar com cuidado aquilo que desvia a nossa atenção como Internet, e-mails, notícias e telefonemas que não estão relacionados com nosso objetivo principal."

Perfil - André Alfaya, consultor da Robert Wong, de São Paulo, diz que o benefício desses cursos de gerenciamento do tempo são relativos.

"Não há como dizer genericamente se os cursos são ruins. Por minha experiência de técnicas de administração do tempo, acho que cada um tem que achar o seu estilo", diz. Ele aponta ainda que os recursos ensinados são válidos e podem ser bem aproveitados se estão de acordo com o perfil da pessoa.

"Se eu disser para alguém extremamente criativo que ele tem que ser organizado, cumprir horários, isso pode, inclusive, ser prejudicial e romper o seu processo criativo."

Antes de tudo, afirma o consultor, é preciso encontrar a motivação, saber para quê você quer mais tempo. "Dessa maneira, pode se encontrar forças para conseguir se organizar", conclui.
