

Veículo: Plena Mulher
Data: 24/02/2010



HOME >> DICAS

Mais tempo, mais vida!

A⁻ A⁺



Pesquisa revela que mulheres não administram bem o seu tempo e deixam de realizar os objetivos pessoais. Para especialista, muitas mulheres precisam de direcionamento para saber usufruir o tempo livre com plenitude

Um estudo realizado em 2009 com 6.631 mulheres, pela Triad Consulting, empresa especializada em produtividade e administração do tempo, conclui que 61% das mulheres não encontram equilíbrio entre o trabalho e as atividades pessoais.

Quando perguntado qual a área da vida gostariam de dedicar menos tempo, a resposta é preocupante. Aproximadamente 41% das mulheres querem diminuir a carga horária destinada à sua carreira, ao seu trabalho. Para o CEO da Triad, Christian Barbosa, esses dados revelam o verdadeiro desejo da mulher moderna. "Essa resposta mostra uma necessidade da mulher dedicar mais tempo para si mesma, pois existe uma grande tendência dela colocar os outros em primeiro plano e deixar seus desejos para depois, quando sobrar tempo".

Mas, segundo Anderson Cavalcante, consultor e palestrante para empresas que buscam realizar ações lucrativas mais humanizadas, ou seja, proporcionar mais qualidade de vida a seus colaboradores para obter o melhor rendimento deles, a busca por mais tempo pode se tornar vazia caso não existam propósitos bem definidos. Para ele, a mulher precisa se atentar ao que fará caso conquiste o tempo livre desejado. "É possível conquistar um espaço na agenda, mas, o grande problema é que, por estarmos acostumados à rotina, não sabemos como aproveitá-lo para termos uma vida com mais sentido", explica.

A pesquisa da Triad revela ainda outro dado alarmante. Cerca de 58% das entrevistadas afirmam que não tem evoluído na direção de seus sonhos ou simplesmente estão gastando todo o tempo de suas vidas com uma cansativa rotina. Cavalcante analisa que esse desgaste diário possa ser o maior causador da insatisfação feminina perante à vida e a explicação para as muitas mulheres que dizem não se sentir felizes ou realizadas. "Essa sensação de que a vida não tem valido tanto a pena é comum em pessoas que deixam de acreditar na sua missão e passam a viver pelo acaso do dia a dia. Elas esquecem que são os verdadeiros guias dos seus caminhos, e adotam a vã filosofia deixo a vida me levar".

Assim, a combinação de tempo livre e o cumprimento das atividades sonhadas, para a mulher, não tem sido eficiente. Culturalmente, a figura feminina está associada a práticas de gestão, seja dos membros da família ou da economia doméstica. Isso pode tê-las feito perder o foco por aquilo que realmente gostam. "A mulher deve entender que cuidar dos outros é importante, mas sem deixar de lado a própria existência. Ter claro sua missão de vida é essencial para delinear os passos até a realização", finaliza Cavalcante.

Fonte: Image Press