

Presenteie seu filho com mais tempo

Christian Barbosa (*)

Quanto tempo você tem dedicado para o seu filho? Pense, nessa última semana, quantas vezes vocês conversaram sobre como foi o dia. Caso tenha filhos pequenos, reflita sobre quando reservou um tempo para brincar e ajudá-lo a realizar as tarefas da escola. O Dia dos Pais é uma ótima data para você fazer as pazes com o relógio e, principalmente, com o seu filho. Pense em algumas alternativas e atitudes para que essa relação seja cada vez mais forte:

1 - Hora de ser pai - Ser um excelente pai é tão importante quanto ser um excelente profissional, não é mesmo? Então, se você agenda reuniões, datas para entrega de relatórios e tarefas a cumprir no trabalho, por que não colocar no seu planejamento o almoço com seu filho? Dedique um horário para ele e, principalmente, comprometa-se a cumpri-lo! Aproveite esses bons momentos para recuperar as energias, pois a felicidade gerada com a criança vai trazer ainda mais disposição para voltar ao emprego na segunda-feira.

2 - Organize sua semana - Não adianta estar com seu filho pensando na reunião da

semana seguinte ou no e-mail que deveria ter enviado. É muito comum os pais fingirem que estão dando atenção total à criança, mas com olho no computador ou no noticiário. Mantenha todas as atividades profissionais dentro do expediente. Lembre-se de separar um tempo para as urgências que possam surgir. Assim, poderá curtir ao máximo os passeios que planejar fazer com seu filho.

3 - Adote um único método de planejamento - Ganhar uma agenda de presente pode ser uma ótima ideia nesse Dia dos Pais, será um presente para você e para o seu filho. Não é preciso se perder em vários meios de anotação (Outlook, post-it, caderno, agenda...). Para manter o controle dos seus compromissos, centralize as tarefas em um único método, assim encontrará com facilidade o planejamento das atividades que deverá cumprir durante o dia.

4 - Dar atenção ao filho não é uma obrigação - Você não deve pensar que estar com seu filho é uma obrigação a cumprir, algo que tem que fazer e aliviar sua consciência como pai. Ao contrário disso, filhos são um alívio para nossas tensões e são eles que nos dão a motivação para trabalhar.

(*) - É especialista em gestão do tempo e produtividade.