



Portal EXAME 25 de junho de 2010

Notícias | Revistas | Blogs | Melhores e Maiores | Cotações Bovespa | Exame TV | Rádio | Tópicos | Resumão | Twitter

Últimas Notícias | Mercados | Finanças Pessoais | Negócios | Economia | Tecnologia | Meio Ambiente & Energia | Gestão | Marketing | Carreira | PME

Notícias | Já Li | Melhores empresas para trabalhar

LINKS RÁPIDOS: Salários | Currículos | Profissões

RSS Newsletters

UMA ÚNICA EMPRESA

P&G

Carreira



Como ser produtivo em dia de jogo do Brasil?

Especialista em gestão do tempo ensina dicas para que você não perca o ritmo do trabalho enquanto a seleção dá um show (ou não) na Copa

Seleção

Descuido com aparência é inimigo do emprego

Executivos

Carlos Ghosn, da Nissan, ganhou US\$ 9,8 mi em 2009-2010

Bebidas

Brasil terá pôs na área de cerveja e malte

Documento

Empresas apoiam proposta de igualdade de gênero da ONU

Setor público

Concurso oferece salário de até R\$

**SEJA
RECONHECIDO
E GANHE MAIS**

curitiba **vocêsa**

Ofertas

MundoEsportes

Tênis
Fem. Olimpia: 10
x R\$30,00

Privalia

70% OFF

Momall.com até
70% de desconto!

Nextel Quero 100

R\$100/mês. E
rádio. E celular. E
Nextel.

Anita Online

Sandália HE 10x
R\$9,99

Copa do Mundo

A A A

Como continuar produtivo em dia de jogo do Brasil?

Especialista em gestão do tempo ensina dicas para que você não perca o ritmo do trabalho enquanto os jogadores da seleção dão um show (ou não) na Copa

Talita Abrantes, de EXAME.com

24/06/2010 | 15:08

 Curtir 5

 0 comentário

GETTY IMAGES



Não deixe as partidas da Copa pisotear seus resultados no trabalho

| Últimas notícias

- ▶ 25/06/2010 | Descuido com aparência é inimigo do emprego
- ▶ 24/06/2010 | Como continuar produtivo em dia de jogo do Brasil?

São Paulo -- Com partidas às 11h e às 15h30 no meio de dias úteis, é difícil conseguir manter o foco no trabalho. Afinal, a mente está nos prováveis lances dos jogadores da seleção brasileira a um oceano de distância, na **Copa do Mundo** da África do Sul.

 Retweet

 Distribuir

 RSS

 Envie por e-mail

 Imprima

 Compartilhe

Tags

Carreira

Comportamento

Copa do Mundo

Futebol



Tópicos

IR 2010

Eleições 2010

Agronegócio

Aquisições

B2W

Bovespa

Carros

Eike Batista

Energia

Estados Unidos

Etanol

▶ **24/06/2010** | Salários de bancos podem ser até 30% maiores no Brasil

▶ **23/06/2010** | Carlos Ghosn, da Nissan, ganhou US\$ 9,8 mi em 2009-2010

▶ **23/06/2010** | Brasil terá pós na área de cerveja e malte

+ Todas as notícias de Carreira

executá-las nas primeiras horas do dia. "Os brasileiros são mais produtivos pela manhã", afirma o especialista.

Apesar da euforia com a eminência da partida, você estará com a cabeça mais fresca para conseguir executar a tarefa. E, na hora do jogo, terá menos peso na consciência porque não conseguiu terminar um relatório urgente em tempo.

2. Planeje sem hipérboles

Na hora de organizar as atividades do expediente, tente ser realista. De nada adianta lotar a agenda em um dia em que sua cabeça estará há um oceano de distância, nos campos da África do Sul. "O ideal é planejar o dia como se fosse trabalhar apenas ¼ do seu expediente normal", aconselha Barbosa.

Nos outros dias da semana (quando seu coração estiver liberado do futebol), aproveite para recuperar o tempo dispensado para a paixão nacional. "Pense na semana como um todo. Não utilize somente um dia para agendar todas as suas tarefas mais importantes", diz Barbosa.

| Últimas notícias

▶ **25/06/2010** | Descuido com aparência é inimigo do emprego

▶ **24/06/2010** | Como continuar produtivo em dia de jogo do Brasil?

▶ **24/06/2010** | Salários de bancos podem ser até 30% maiores no Brasil

▶ **23/06/2010** | Carlos Ghosn, da Nissan, ganhou US\$ 9,8 mi em 2009-2010

▶ **23/06/2010** | Brasil terá pós na área de cerveja e malte

+ Todas as notícias de Carreira

Mesmo assim, é possível manter a produtividade e até usar os jogos da seleção ao seu favor durante o horário de trabalho. Confira os cinco conselhos do especialista em gestão do tempo Christian Barbosa:

1. Dê o gás nas primeiras horas

Em dias de jogos do Brasil, a primeira dica é utilizar o tempo com racionalidade. Por isso, para garantir que as atividades mais importantes não serão pisoteadas, tente

executá-las nas primeiras horas do dia. "Os brasileiros são mais produtivos pela manhã", afirma o especialista.

3. Não torre a paciência alheia

Pensando nisso, deixe para os dias de jogos da seleção apenas as tarefas que você pode fazer sozinho. "Evite atividades que possam dar muito problema ou que exijam a dependência de muitas pessoas", diz o especialista.

Afinal, não adianta se iludir. As pessoas não estarão no mesmo ritmo dos dias comuns. E, acredite, vai ser muito chato ficar conhecido como a pessoa que não parava de cobrar favores ou resultados em dia de jogo do Brasil.

4. Marque uma reunião

Por outro lado, de acordo com Christian, dias de partidas da seleção são boas datas para marcar uma reunião. OK. A princípio a ideia

não irá agradar muito seus colegas de trabalho. Você ouvirá reclamações e pedidos para transferir a reunião para outro dia.

Mas permaneça firme nessa posição. O especialista garante que, com a cabeça no horário do jogo, todos tentarão ser mais objetivos nos argumentos e decisões. Está aí um bom jeito de usar a Copa a favor da sua empresa.

5. Retorne na primeira marcha

Passados os 90 minutos de jogo, será difícil retomar a atenção total no trabalho. Convenhamos. Neste ponto, a dica é ser realista. Retome o trabalho com tarefas curtas e rápidas, que não tomem mais do que 15 minutos do seu tempo.

Responda a um e-mail. Faça uma ligação. "Essas atividades menores embalam as pessoas e fazem com que elas consigam entrar no ritmo", afirma.

Leia mais: **Houve regras para assistir aos jogos da Copa no trabalho e 7 programas para poupar tempo no expediente**

Confira outras notícias sobre **Copa do Mundo**

Infração
IPOs
Moedas
Pão de Açúcar
Petrobras
Presidente Lula
Sustentabilidade
Vale

Aquisições
B2W
Bovespa
Carros
Eike Batista
Energia
Estados Unidos
Etanol
Infração
IPOs
Moedas
Pão de Açúcar
Petrobras
Presidente Lula
Sustentabilidade
Vale