

Veículo: Arca Universal

Data: 13/10/2010



COMPORTAMENTO

publicado em 13/10/2010 às 04h50.

Texto: [A-](#) [A+](#)

Otimize seu tempo nas redes sociais

O mau uso dessas ferramentas pode fazer surgir mais um ladrão de tempo, ocasionando prejuízos na rotina diária

Da Redação



As ferramentas tecnológicas, sem dúvida, facilitaram a vida de muita gente. Hoje, é possível responder e-mail usando o celular, participar de reuniões por teleconferência e agendar encontros com os amigos por redes sociais. No entanto, muitos se questionam até que ponto a nova era da informação e tecnologia pode realmente ajudar as pessoas a realizar suas atividades, sem que se perca tempo com tantas novidades.

Há alguns anos, quando se falava sobre redes sociais como o Orkut, Facebook, Youtube e Twitter, por exemplo, boa parte das pessoas achava que isso era coisa de adolescente, desnecessária, uma verdadeira perda de tempo. Com o passar do tempo, essa percepção foi sendo modificada.

É possível comparar a entrada das redes sociais com o advento do celular na vida das pessoas. Inicialmente, muita gente jurava que jamais precisaria de um telefone móvel, e que andar com um aparelho desse tipo no bolso era o “fim dos tempos”. Hoje em dia, a maioria das pessoas não consegue se imaginar vivendo sem ele.

Com as redes sociais parece estar ocorrendo o mesmo. É fato que elas chegaram para ficar na vida das pessoas e das empresas e, de alguma forma, isso afeta a nossa relação com o tempo e a produtividade. Se tais ferramentas forem bem aproveitadas, é possível tirar delas vários benefícios; agora, o mau uso delas pode fazer surgir mais um ladrão de tempo, ocasionando prejuízos na rotina diária.

“Quando as empresas me questionam se devem ou não liberar o acesso às redes sociais no trabalho, digo que deve ser proibido apenas se a empresa revista os funcionários e proíbe a entrada de celular. Caso contrário, tem de estar liberado. Rede social é parte da vida e do tempo de todo mundo, ajuda a impulsionar muitos negócios, gera networking (rede de contatos), contrata pessoas, busca informações, ajuda a pessoa a relaxar e se comunicar”, ressalta Christian Barbosa, especialista em administração de tempo e produtividade.

Na visão dele, as empresas e os funcionários precisam se preocupar com o uso consciente dessas ferramentas. Caso contrário, a má utilização poderá matar sua produtividade por completo. Se mesmo assim for preciso bloquear, ele aconselha um meio termo: “Libere nos horários pré e pós-expediente.”

Dicas importantes

Barbosa dá algumas dicas sobre como não perder tempo com as redes sociais:

- **Participe de redes sociais relevantes:** você não precisa estar em 10 redes sociais. Selecione as mais relevantes e que tenham o maior número de pessoas conectadas a seus objetivos. Eu participo apenas de 4 redes (atualizo pessoalmente): Twitter, Facebook, LinkedIn e Orkut; o resto não me agrega nada.

- **Desabilite os avisos de recados e mensagens:** configure suas redes para não ficar te avisando, apitando ou enviando e-mails a cada nova mensagem ou comentário que você receber. Se você visualizar todos os avisos, vai perder um tempo que você nem imagina e o que os olhos veem, a curiosidade não consegue controlar, não é?

- **Tenha horários:** assim como no e-mail, nada de ficar com a rede aberta toda hora. Defina horário ou dias para atualizar e olhar suas páginas pessoais. Costumo olhar minhas redes sempre à noite ou aos domingos. O Twitter, quando estou na empresa, vejo três vezes por dia e olhe lá.

- **Utilize Softwares:** existem milhares de programas que ajudam você a atualizar suas redes sociais de forma simples e integrada. Recomendo o Tweetdeck, que integra todas as minhas redes. Com ele, basta escrever uma vez para todas as redes serem atualizadas. O Echofon para Firefox também é excelente. Para celulares existem diversos, basta dar uma pesquisada para encontrar algum com a sua cara.

- **Dica para o twitter:** como o twitter está na moda, a minha dica é que você siga poucas pessoas, mas com conteúdo relevante. Seguindo muita gente não é possível usar o twitter como fonte de conhecimento e, provavelmente, ele não irá agregar muito valor ao seu dia a dia, pois acaba tendo tantas mensagens que dificilmente você vai ver.