

15/11/2010 - 19h51 - Atualizado em 15/11/2010 - 19h51

Christian Barbosa especialista em administração de tempo

As redes sociais podem ser comparadas com os celulares: no começo muita gente jurava que nunca precisaria de um telefone móvel, e que era o "fim dos tempos" ter que andar com o telefone no bolso. Hoje, são mais de 190 milhões de celulares em uso no país.

No caso das redes sociais, é a mesma coisa: só no Orkut são cerca de 29,4 milhões de usuários no Brasil. E em ambos os casos, como fica a administração do tempo que se usa para acessar tais tecnologias? É o que responde Christian Barbosa, especialista em administração de tempo e produtividade, nesta entrevista.

As redes sociais se popularizam com força na internet. Como isso afeta no tempo das pessoas?

Primeiro é preciso controle, para que a rede social não comande a vida dela. É muito útil participar das redes sociais e não podemos ficar sem elas, mas isso demanda responsabilidades.

Você compara as redes sociais com a criação do aparelho celular. Quais as semelhanças?

No começo, logo que surgiu o celular, as pessoas criticavam muito e diziam: "quem vai querer ter aparelho na cintura e ser achado a qualquer momento?". Hoje também é assim. Muita gente não quer a foto exposta, não quer ter as mensagens vistas por todo mundo. Mas isso vai ser uma barreira ultrapassada. Hoje você fala com os amigos, procura clientes, divulga eventos, faz viagens. A rede social vai fazer parte cada vez mais da vida, como o celular é indispensável. Dentro de cinco anos isso deve acontecer. Quando todo mundo tiver um smartphone na mão, acabou...

Empresas devem ter redes sociais liberadas?

Liberar 100% talvez não seja a melhor escolha num primeiro momento. Deve ser liberado, sim, mas com certo limite. Uma alternativa é liberar em certos horários do dia: na hora da entrada, no almoço ou no fim do dia. Alguns servidores já permitem limitar o tempo de acesso.

As redes sociais, quando bem utilizadas, podem contribuir na carreira do usuário, mesmo que ele gaste algum tempo do trabalho postando informações?

Sem dúvida. A rede social é muito importante. E não podemos esquecer que é um meio de comunicação. Eu faço investimento no meu tempo. As pessoas fazem contato e criam oportunidades através das redes. Contribui sim.

Há uma "fórmula" de tempo ideal para permanecer em uma rede social?

A fórmula ideal é quando a rede social não atrapalha as prioridades na vida da pessoa. Se você não tem nada para fazer no momento, acesse a rede. Mas se no outro dia o tempo está muito apertado, não acesse.

Há limite de redes sociais que não interfira demais na vida do usuário?

Tem gente que se conecta a dez ou quinze redes sociais diferentes. Não tem necessidade. É bom focar em umas três ou quatro, no máximo. Orkut, Facebook, Twitter e LinkedIn. Esses quatro são mais que suficiente. É redundante ter mais que isso. Claro que isso tudo depende de qual rede os seus amigos também utilizam. Quanto mais redes, mais tempo vai ser demandado pra atualizar.

De que formas o usuário de redes sociais pode utilizar bem uma rede social?

Se ele usar a tecnologia para o bem dele, ele ganha tempo. Ao invés de ficar com Orkut e Twitter abertos o tempo inteiro, atualize tudo de uma vez só. Usando a tecnologia com responsabilidade, você ganha algum tempo com isso.

Quando ele pode perceber que está exagerando?

Quando ela começa a chegar no fim do dia e tem muita coisa atrasada. Se ela deixa de fazer muita coisa e a rede social está sendo usada com muita frequência, é o momento dela entender que passou do limite.