

HORA DO DESCANSO

Você é daqueles que não desgruda do trabalho mesmo de frente para o mar tomando água de coco? Algumas dicas podem ajudá-lo a esquecer e descansar

Como sair de férias sem preocupações?

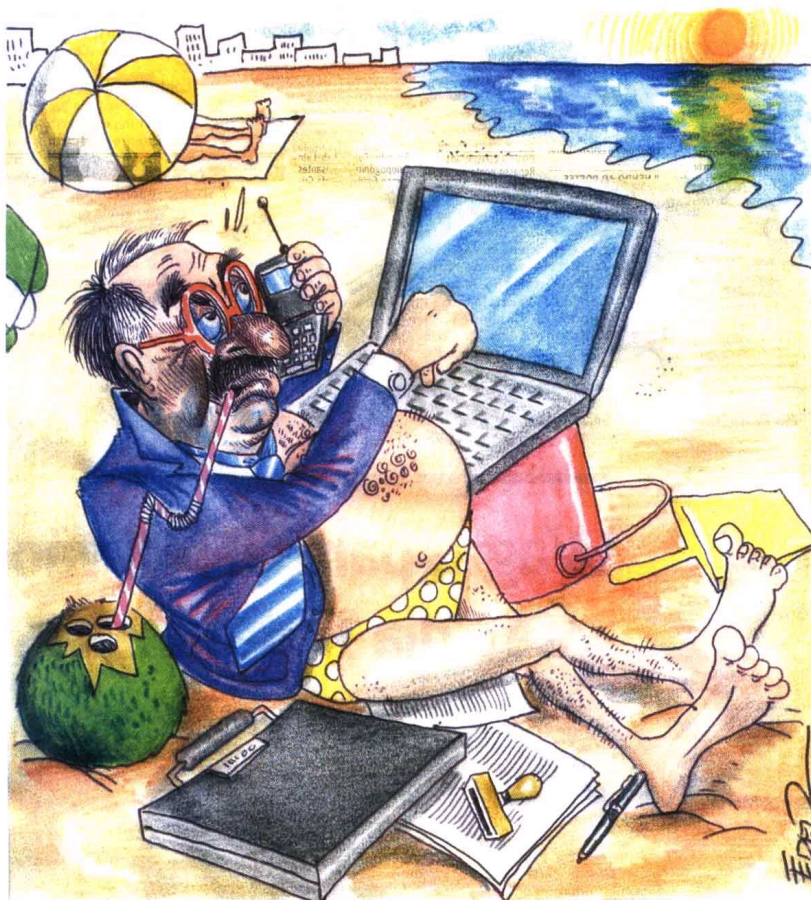
CHRISTIAN BARBOSA

Há pouco tempo retornei das minhas férias! Aproveitei para viajar com a família e realmente descansar. Apesar de viajar muito ao longo do ano para eventos corporativos fora do País, isso não significa que fico relaxado e tranquilo nessas ocasiões. Em uma viagem profissional você tem toda a preocupação ligada ao compromisso, a reunião, ao evento, e por aí vai. Raríssimas vezes consegui descansar em alguma viagem profissional, por mais paradisíaco que fosse o local.

Dessa vez, com a família, consegui curtir as férias e aproveitar de verdade o tempo para descansar. Mas, durante muitos anos da minha vida, era simplesmente impossível pensar em sair de férias como todo mundo faz. Ouço muito isso de empreendedores, gestores ou de profissionais "críticos" em empresas: "eu não posso sair de férias que a empresa para". Então, vamos tratar desse assunto por aqui.

Em primeiro lugar, é preciso entender que a capacidade de ser produtivo está diretamente relacionada à sua capacidade de se equilibrar. Ou seja, se você está em um estresse constante, tende a perder performance e, muitas vezes, nem se dará conta disso. Se esse ciclo não for interrompido (com férias, por exemplo) você poderá sentir os sintomas no corpo (gripes, gastrites, dores de cabeça, etc) ou no resultado do trabalho (esquecimentos, erros, etc.). Todos precisamos de férias em algum momento.

Quando eu falo "férias", não significa, necessariamente, usufruir 30 dias conforme o padrão, pode ser alguns dias apenas, o importante será a qualidade desse período. Isso depende de cada pessoa, eu, por exemplo, não aguento ficar mais de 15 dias longe da empresa. Dessa maneira,



ainda tenho um segundo período de descanso em outra época do ano.

Se você não pode tirar férias, alguma coisa está errada na empresa. Até médico, vendedores autônomos e profissionais agitados tiram férias. Veja alguns pontos que sugiro para você revisar e tornar esse período possível:

1 - Crie processos

Muitos gestores não conseguem sair de férias porque tudo está centralizado com eles, o "como fa-

zer" quando algo acontece é sempre "personalizado" e está apenas na mente do gestor. Se este é seu caso, seu trabalho é transformar as pequenas dúvidas ou procedimentos do dia a dia, em processos documentados e devidamente publicados. Na Triad, nossa Intranet possui 90% dos principais procedimentos da empresa. Caso algo novo aconteça que precise do time me perguntar, já adiciono uma tarefa para criar ou revisar o processo. Meu papel é focar no

estratégico, em inovação, em sugestões, em problemas diferentes e não no operacional do dia a dia;

2 - Tenha pessoas chave

O papel do líder é criar sucessores, ou fica impossível de você subir na empresa ou de pelo menos poder tirar férias. A época do "monarca soberano" na empresa acabou. É necessário investir em pessoas, em treinamento, em conhecimento para priorizar as atividades. A área mais delicada que geren-

cio é sem dúvida Software (Neotriad, etc.), nessa área tenho duas pessoas muito competentes que me substituem completamente. Ambos tomam as decisões e se viram para fazer as atividades acontecerem. Claro que vez ou outra eles me mandam e-mails com tarefas que preciso aprovar, mas no dia a dia, eles tocam como uma orquestra! O que fazemos é sentar e definir as prioridades, para que, durante o período de férias, tudo continue bem;

3 - Utilize feriado

Não gosto de tirar férias quando todo mundo tira férias, além de perder dinheiro pela alta estação, ainda consome mais dias úteis. Aproveitei o feriado de 7 de setembro e do dia 8 de setembro (em Santos) para iniciar as férias, assim perco menos dias úteis. Outra dica é analisar os períodos sazonais do seu negócio e aproveitar este momento para sua saída;

4 - E-mail nas férias?

Quem me conhece sabe que sou viciado em tecnologia, mas quando estou de férias, procuro ver e-mails apenas a cada dois dias, em geral à noite, vendo minha novelinha ou depois das crianças dormirem. Costumo desligar meu smartphone também. Assim, consigo me desligar completamente da empresa. Se algo urgente acontecer, tenho a certeza que irão me ligar, por isso fico tranquilo. Todos os e-mails que respondi e que ficaram dependentes aguardando alguma posição minha já me ajudam a pensar em como posso delegar ou automatizar o processo. Tudo é aprendizado.

Férias ou períodos mais curtos de descanso são essenciais para ajudar você e a sua empresa a crescerem. Além disso, você traz ideias novas e disposição para colocá-las em prática. Não seja negligente com você, da próxima vez que pensar em férias, leve esse assunto muito a sério. Será bom para todo mundo!

Christian Barbosa – especialista em administração de tempo e produtividade, fundador da Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo. Ministra treinamentos e palestras para as maiores empresas do país e da Fortune 100. Autor dos livros A Triade do Tempo e Você, Dona do Seu Tempo. Estou em Reunião e co-autor do Mais Tempo, Mais Dinheiro.