

Título: A vida acontece lá fora

Veículo: Revista Bens & Serviços

Seção: ***

Página: Capa e 5

Data: 01/09/2011

Valor: RS 0,00

Entrevista PAULO RABELLO DE CASTRO FALA SOBRE OS REFLEXOS DA CRISE INTERNACIONAL NO BRASIL

BENS & SERVIÇOS

Revista da Federação do Comércio de Bens e de Serviços do Estado do Rio Grande do Sul - Número 77 / Setembro 2011

SUSTENTABILIDADE

Construir para o meio ambiente

GUIA DE GESTÃO

Entenda a importância das metas

EMPREGO

OS BRASILEIROS ESTÃO PREPARADOS PARA AS OPORTUNIDADES?



JULIO MURFESSON

Christian Barbosa
Especialista em administração do tempo e produtividade

*"Nosso trabalho é ilimitado, vamos sempre achar coisas
para fazer, nunca acaba."*

A vida acontece lá fora!

Qual foi a última vez em que você saiu do trabalho com energia total, disposição e vontade de estudar, fazer um exercício, ler um livro, brincar com seus filhos ou algo diferente para você? Muitas pessoas não lembram da última vez que conseguiram sair do trabalho com disposição para literalmente fazerem algo por suas vidas.

As empresas viciadas nas urgências, a má gestão do seu tempo e da equipe, a falta de prioridades claras, o excesso de reuniões e o volume desnecessário de e-mails criaram uma "matrix corporativa", exatamente como no filme Matrix.

Vivemos dentro desse mundo viciante, que nos envolve por completo, suga nossa energia, nos dá a impressão de que o tempo está correndo mais rápido, e no final, fica aquela sensação de que algo não foi feito. Já se sentiu assim alguma vez?

Esse "algo que não foi feito" é literalmente você! Que está sempre sobrevivendo nesse ambiente, mas nunca sai da "matrix" para viver de verdade. É para isso que serve a administração de tempo, a produtividade e tudo isso sobre o que vivo falando. Para tirar você da Matrix! Nosso trabalho é ilimitado, vamos sempre achar coisas para fazer, nunca acaba. Agora, o seu tempo é limitado. Isso significa que se você não colocar

um limite para sua vida profissional, a vida pessoal não vai existir. Tudo pode ser negociado ou priorizado para outro momento, e quando não tiver jeito, deve ser a exceção e nunca a regra.

A chave para tornar isso uma realidade é trabalhar melhor, de forma mais inteligente, utilizando melhor seu tempo no dia a dia. Você deve descobrir aquilo que mais consome seu tempo e trabalhar na redução desse item, aprender a priorizar com base em critérios de resultado para conseguir planejar e ter maior flexibilidade.

Existem várias formas de fazer isso. Uma delas é criar uma meta pessoal de redução do seu horário de trabalho. Por exemplo, vamos supor que você trabalhe 12h/dia, você poderia colocar uma meta de reduzir para 11h/dia nos primeiros 60 dias. Isso é realista, vá aos poucos. Quem tem um motivo forte, uma boa razão para "viver fora da matrix" vai conseguir. Isso é limitar seu tempo, aprender a usar bem as horas dentro do expediente e evitar uma sobrecarga de horas.

Eu já trabalhei isso diversas vezes com executivos que querem viver seu tempo com mais sabedoria, dá resultado, claro que não da noite para o dia, demora, mas acontece. Quem quer faz, quem não quer sempre vai encontrar uma desculpa. A vida acontece lá fora!