

JORNADA DE TRABALHO CADA VEZ MAIS LONGA

Tarefas surgem fora do expediente e até nas férias

▲ DINÁ SANCHOTENE

dsanchotene@reddegazeta.com.br

O avanço tecnológico, a globalização e a busca por resultados estão fazendo com que brasileiros aumentem suas horas de trabalho. Foi o que apontou uma pesquisa da Asap, consultoria de recrutamento de executivos, que ouviu 1.090 profissionais de todo o país, por e-mail, entre os dias 6 e 28 de outubro. Dessa amostragem, mais da metade é formada por executivos com cargos de gerência ou analistas (35,5% e 18,35%, respectivamente).

Um dos pontos que chamaram a atenção foi que sete em cada dez profissionais afirmaram que passam mais tempo no escritório do que cinco anos atrás.

O sócio-gerente regional da Asap, Rafael Meneses, acredita que a tecnologia de hoje faz com que as pessoas trabalhem mais. “A economia brasileira está aquecida e, com isso, a competitividade é maior, pois são exigidos resultados rápidos. Isso tudo faz com que as horas de trabalho sejam estendidas”, explicou.

RENTABILIDADE

Meneses afirma, ainda, que cada vez mais as empresas buscam rentabilidade maior e que o quadro de funcionários não cresce na mesma proporção. “As pessoas se entregam ao trabalho e não se incomodam com o aumento dele, mas apesar disso se preocupam com a qualidade de vida. É bom lembrar que trabalhar mais faz você crescer, mas equilibrar a



CARLOS ALBERTO SILVA

Ligada o tempo todo

A coordenadora de comunicação da RodoSol, Amanda Figueiredo, faz questão de estar conectada o tempo todo. Ela fica ligada no Twitter, por exemplo, para ver se tem algum acidente e se tudo está bem.

“Encaro o meu trabalho com paixão. Tenho a preocupação de saber o tempo todo se tudo está bem e perfeito, afinal a empresa funciona 24 horas por dia.”

AMANDA FIGUEIREDO

Coordenadora de Comunicação da RodoSol

Lazer

80%

Oito em cada dez entrevistados disseram que são acionados nos momentos de lazer e descanso via celular.

vida pessoal é importante. As corporações precisam entender isso também”, avaliou.

MAIS DADOS

Um dado que chamou a atenção dos pesquisadores revelou que 52% das pessoas afirmaram que respondem e-mails de tra-

balho nas férias.

O levantamento constatou que as horas dedicadas a mais não são necessariamente dentro das empresas. No total, 78% dos entrevistados declararam que são contatados regularmente, via telefone ou e-mail, quando estão fora do seu horário re-

gular de trabalho.

Além disso, 72,7% atribuíram o aumento da carga horária de trabalho aos avanços da tecnologia, e 41,1% trocariam de emprego mediante uma proposta de ganhar mais e ter maiores perspectivas profissionais, mesmo se isso significasse trabalhar mais

horas.

Especialista em administração de tempo e produtividade, Christian Barbosa afirma que o profissional precisa aprender a lidar com toda a tecnologia disponível para ter mais tempo. “Uma das primeiras coisas é aprender a se planejar com três dias de antecedência”.

Profissionais miram em promoções e crescimento

▲ A globalização e expansão da economia e a crescente demanda pela sobrevivência dos negócios aumentam a competição, exigindo agilidade e competência. Um dos motivos

principais é a busca de crescimento e promoções dentro das organizações. Essa é a opinião do consultor Anderson Rocha.

Segundo o especialista, isso ocorre em todas as

carreiras, por conta das características dos tempos atuais. “Quanto maiores o nível hierárquico e a faixa salarial, maior a quantidade de horas trabalhadas. O excesso de trabalho em

muitos casos provoca cansaço e estresse excessivo e são geralmente as principais consequências”.

É importante salientar que nem sempre trabalhar demais é sinônimo de

maior produtividade. Rocha afirma que o profissional tem que aprender a gerir melhor o seu tempo. O grande desafio do profissional é saber equilibrar os diversos aspectos da vida.

TEMPO PERDIDO

Veja o que mata sua produtividade

▼ E-mail

Ficar com e-mail aberto faz o nível de interrupções chegar ao intolerável. Aumenta a ansiedade e a sensação de atividades por fazer. A recomendação é definir períodos para lidar com as suas mensagens.

▼ Falta de clareza

O que você precisa fazer primeiro? Você sabe pelo menos 80% do que deve ser feito hoje? Se não souber responder a essas perguntas, com certeza vai se perder em tarefas circunstanciais.

▼ Reunião

Uma pesquisa feita pela Triad Consulting demonstra que 1/3 das reuniões pode ser cancelada. Então: dieta de reuniões já! Quanto menos, melhor.

▼ Redes sociais

Você usa Twitter, Facebook, Orkut, etc? Controle a ansiedade de ficar conectado a essas redes. Utilize eventuais intervalos no dia ou o horário de almoço.

▼ Falta de energia

Você está cansado, sem pique e não consegue se concentrar? A falta de “energia” rouba muitas horas do dia. Tenha hobbies, procure um médico, tome um multivitamínico.

▼ Interrupções

Se muita gente interrompe você, pode ser porque sua comunicação não anda muito adequada. Faça uma revisão de como redige os e-mails, concede informações e delega atividades.

▼ Imprevistos

Que tal falar NÃO de forma concreta (baseado em planejamento X disponibilidade)? Se muitas tarefas imprevistas surgem na rotina, é possível que o nível de planejamento não esteja adequado.

Fonte: Christian Barbosa, diretor da Triad Consulting