

Sonhe, planeje e realize!

Fabiana Lucato

Poderia ser somente um dia depois do outro, como sempre acontece. Mas é mais que isso. O ano-novo traz com ele toda a energia de renovação. Como estudantes na primeira semana de aula, caprichando na letra do caderno, muitos de nós também vemos o princípio do ano como a possibilidade de “fazer correto”, começar de novo... A época certa para pensar e trabalhar em um projeto ou novo sonho. Afinal, para quem deseja mudar, nada como planejar a partir de hoje.

A professora do programa de MBA da FGV, Maria Rita Ritz acredita que o Brasil tem a característica empreendedora e que hoje em dia as pessoas estão buscando não somente bons empregos como principalmente, novas oportunidades. “Nesse espírito de mudança de ano, muitos param para refletir e desejam buscar o trabalho, não somente o emprego. Importante é pensar em que segmento atuo? O que posso oferecer ao mercado? Como traçar o caminho de crescimento?”, diz. A professora acredita que não adianta começar algo somente por começar porque corre-se o risco de desanimar no meio do caminho e perceber que gastou-se tempo e dinheiro com isso. “O ideal seria traçar um projeto profissional vinculado ao seu plano de vida”.

O começo do ano também é propício também pa-

ra as pessoas que buscam cursos de aperfeiçoamento para gerir a carreira ou o próprio negócio. Maria Rita explica a diferença entre os cursos de especialização e os MBA. “Quem não gostaria de ter uma visão geral de um contexto para poder fazer um MBA que trate de temas como contabilidade, finanças, planejamento estratégico, análise de mercado. Diferente do MBA, o curso de especialização se aprofunda em um determinado tema. Vai da necessidade de cada pessoa”. Outra dica para quem julgar interessante, é procurar se informar sobre o MBA internacional, no qual uma parte do curso pode ser feita fora do País. “Não é somente o título, mas a vivência que este intercâmbio traz para o profissional”.

As oportunidades de acesso ao mercado de trabalho oferecidas no fim de ano, também merecem atenção nesta época do ano. Segundo a professora, o mercado costuma absorver 30% dos profissionais que entram como temporários e são efetivados. “A palavra ATITUDE é muito importante nessa fase. É o que servirá de diferencial. Pessoas ativas e mais comprometidas serão sempre as mais requisitadas”.

E dentro desse contexto de mudança, nada como aproveitar a energia do ano-novo que começa agora e, se organizar, planejando pequenas e grandes metas até 2013 para que realmente este 2012 seja o melhor de todos!



Qual a sua próxima prioridade?

*Christian Barbosa

Um fato muito comum quando você observa pessoas trabalhando e usando seu tempo para realizar atividades é a falta de claras prioridades do que deve ser feito. Isso causa uma gigantesca confusão mental e, por consequência, uma grande perda de tempo no dia a dia.

O quadro é mais ou menos o seguinte: você está trabalhando em uma tarefa chata, dentro de algum tempo você começa a cansar e vai checar sua Caixa de Entrada, aí descobre um monte de outras atividades para fazer e começa a responder seus e-mails. No meio do caminho, surge um e-mail um pouco mais chato e você vai ver o que está acontecendo na Internet, em algum portal ou até em uma rede social. Depois de dar uma espiadela, você volta para aquela tarefa chata que parou e começou toda a nossa história, quando de repente toca o telefone e começa tudo de novo.

Interrupções nós temos a todo o momento, elas sempre vão acontecer (geradas por nós mesmos ou por terceiros). O problema é quando as pessoas se perdem nesse volume de informações e atividades que vão chegando e não conseguem dar conta das verdadeiras prioridades.

A solução é todo dia ter uma lista de prioridades do que realmente deve ser fei-

to. Se algo for opcional ou não pode ser feito, ele deve ir para outro dia. Essas prioridades não podem nunca lotar todas as suas horas de trabalho, ou você vai procrastinar e se frustrar.

Comece com a primeira prioridade da lista, enquanto estiver executando essa prioridade, deixe o e-mail fechado, o navegador fechado, ou seja, foco no que está fazendo. Terminou? Aí sim, vai navegar no e-mail, na Internet, etc. Se surgiu algo novo, transforme-o em prioridade e coloque na lista. Simples, mas não é fácil!

Isso é treino. É disciplina. É aprender a controlar não o tempo, mas seus dedos, sua ansiedade, sua atenção. É gerenciando que você se torna o senhor do seu tempo, e não o escravo dele.

Só que as pessoas têm preguiça de tentar, elas começam e desistem. Voltam para a zona de conforto, que é tentar fazer tudo, não conseguir dar conta e reclamar que não dá tempo para mais nada! Sempre

dá, é uma questão de o benefício ser maior que a preguiça. Claro que você pode ter transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH) e aí vai precisar consultar um médico para, via medicamento, controlar isso, é simples, não mata ninguém e ajuda bastante.

A sua próxima prioridade é controlar você e com isso controlar seu tempo!

**Christian Barbosa - Maior especialista no Brasil em administração de tempo e produtividade, é 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 coautor do Mais Tempo, Mais Dinheiro.*

www.triadps.com.br
e
www.maistempo.com.br