

ARTIGO

# Dez dicas para não perder tempo com as redes sociais

Christian Barbosa

O impacto das redes sociais na produtividade das pessoas é um dos assuntos mais polêmicos em meus treinamentos e palestras. Todo mundo entende que, quando mal utilizadas, as redes podem se tornam os maiores vilões da perda de tempo. Isso significa que você pode passar horas navegando sem, necessariamente, realizar algo produtivo. Para te ajudar a se livrar desse vilão, preparei um resumo com 10 estratégias que podem salvar o seu tempo:

1. Seja seletivo nas suas redes  
Quantidade de redes não é qualidade. Para que participar de redes sociais que não sejam relevantes? O ideal é focar nas principais redes onde seus amigos e interesses estão localizados. Eu por exemplo, uso apenas 4 redes (Facebook, LinkedIn, Twitter e Orkut -: nessa ordem de importância).
2. Cancele e-mails de notificações  
Todas as redes permitem configurar o aviso de recebimento de e-mails, o melhor é cancelar todos, assim você comanda a rede e acessa quando quiser, caso contrário vai ser difícil controlar a vontade de saber porque você foi “taggeado” na foto da sua amiga.
3. Determine um foco nas redes.  
Quem tenta agradar a gregos e

troianos ao mesmo tempo se complica com um dos lados. Crie uma estratégia para cada rede que você tiver, por exemplo, se você for utilizar o twitter para fins profissionais, não misture com coisas pessoais. Muitas empresas utilizam as redes sociais na hora de contratar um profissional e vai pegar muito mal se houver fotos suas, bêbado depois da balada. Mantenha coerência no perfil que você definir, com fotos, textos e comentários! Muita gente tem se queimado sem perceber por falta de estratégia!

4. Determine horários  
Eu não sou contra ver seu facebook durante o horário de expediente, sou contra o abuso desse uso. Utilize seus horários antes ou após o expediente e seu horário de almoço para caso queira acessar as redes no trabalho para fins pessoais. Eu costumo ver e responder minhas redes no final do dia, em casa.

5. Siga poucas pessoas, mas relevantes.  
Para que seguir gente que não tem nada a ver ou que o conteúdo se tornou irrelevante? Faça uma dieta de pessoas que você segue, repare nos próximos dias quem não tem agregado valor e simplesmente deixe de seguir esta pessoa.

6. Utilize agregadores.  
Existem sites e softwares que permitem centralizar suas redes sociais ou atualizar a partir de um único post. Eu te-

nho utilizado o tweetdeck que me permite atualizar meu facebook, twitter e linkedin de uma só vez. Um site que vale a pena dar uma olhada é o <http://www.threadsy.com/> que junta e-mails e suas redes em um só lugar.

7. Seja relevante nas suas redes  
As pessoas gostam de seguir pessoas que fornecem um conteúdo relevante, na medida certa e com periodicidade. Aquele chato que “twitta” muito de uma vez só, acaba perdendo seguidores. E o que “twitta” posts dizendo que acordou de mau

humor também não agrega.

8. Aproveite seu tempo de espera  
Eu gosto muito de atualizar minhas redes quanto estou no aeroporto ou esperando para começar um evento. Aproveitar esse tempinho é muito válido desde que seu celular ou tablet estejam habilitados para tal. Existem centenas de softwares para esses dispositivos que mandam muito bem!

9. Rede social não requer “real time answer”  
Não sinta-se obrigado a responder uma mensagem na mesma hora que a pessoa te enviou. Se



fosse urgente de verdade, ela encontraria outra forma de falar com você. Se você cria esse péssimo hábito de responder assim que chega, além de acostumar mal as pessoas, vai perder muito tempo desnecessariamente!

10. A vida existe lá fora  
Não é porque a vida social se tornou di-

gital que você vai se esconder atrás de um computador em seus relacionamentos. É preciso reservar um tempo para estar junto com os amigos e família presencialmente!

Christian Barbosa é especialista em administração de tempo e produtividade. Autor dos livros A Triade do Tempo e Você, Dona do Seu Tempo, Estou em Reunião e co-autor do Mais Tempo, Mais Dinheiro. [www.triadps.com.br](http://www.triadps.com.br) e [www.maistempo.com.br](http://www.maistempo.com.br)