



Curta nossa página no Facebook e tenha acesso a tudo que acontece na vida executiva.

1:13
São Paulo, 19 / 10 / 2012

Home Quem Somos Executivos em Foco News Agenda Sua Carreira Seu Negócio Estilo de Vida Fale Conosco



News

NEWS ▶ ARTIGOS ▶ É POSSÍVEL TER SUCESSO NA CARREIRA COM QUALIDADE DE VIDA?

REPORTAGENS

Falta de padrão, o grande problema da NFS-e
Embora possa reduzir entre 20% e 40% o tempo despendido na emissão de documentos fiscais, em...

ACONTECE

Liderando equipes para otimizar resultados
Liderando equipes para otimizar resultados, publicado pela Editora Saraiva, traz mudanças sociais,...

Compartilhe: [f](#) [t](#)

É possível ter sucesso na carreira com qualidade de vida?

Qua, 01 de Agosto de 2012 21:00

*Por Christian Barbosa**

Você se recorda do filme Matrix? Nele, o herói Neo descobre que vive em um mundo artificial criado por máquinas e que, para ir ao mundo real, precisa tomar uma pílula vermelha. Será que não estamos vivendo algo semelhante a esse filme? Será que não nos tornamos escravos do dia a dia, sem tempo, sem qualidade de vida, sem realizações e com um monte de tecnologia nos dominando?

Essa matriz que vivemos possui dois eixos fundamentais que correspondem a tudo que buscamos em nossa vida: resultado & equilíbrio. Em um dos eixos está o equilíbrio – tudo o que fazemos para aumentar nosso bem-estar. No outro, está o resultado – todos os objetivos que conseguimos alcançar. Em outras palavras, equilíbrio tem a ver com quem você quer ser e resultado, com o que você quer ter.

Se colocarmos esses dois eixos na matriz, teremos então quatro células que podemos associar a perfis individuais, momentos que passamos em nossa vida de acordo com as oportunidades e escolhas que fazemos.

Em um extremo teremos as pessoas que não têm resultados nem equilíbrio em suas vidas. Vivem uma vida estressante, cansativa, com a sensação de que não conseguem nem sair do lugar e nem obter resultados financeiros, profissionais, acadêmicos, etc. É a célula que convencionei chamar de perdido, pois é o estado em que a pessoa se encontra.

No outro extremo, teremos as pessoas que conseguiram alcançar um patamar na vida com resultados e equilíbrio abundantes, apesar de muita gente dizer justamente o contrário: que quanto mais crescemos na vida, menos tempo temos para família, saúde, lazer, esporte, etc. Felizmente, esse conceito não é verdadeiro, pois muita gente conseguiu chegar nessa célula da Matriz. Literalmente tomaram a pílula vermelha e vivem em outro ritmo.

Descobrir o que essas pessoas têm em comum foi um processo interessantíssimo. Dentre os pontos, podemos destacar:

- Um modelo mental treinado para resultado e equilíbrio simultaneamente, ou seja, quando surge uma oportunidade, eles já pensam se terão as duas coisas ou como podem fazer para tê-las, caso contrário não é ideia para eles
- Uma capacidade de entender que sua energia pessoal bem utilizada aumenta a performance diária e isso aumenta o combustível da realização
- Uma capacidade de filtrar as diversas ideias que surgem ao longo do dia e com isso estabelecer um plano de ação que não deixe margem aos próximos passos
- Eles não extirparam a procrastinação da vida, mas entenderam quando ela se torna positiva e quando atrapalha a execução
- Eles sobem em conjunto com as pessoas que fazem a diferença na vida. Afinal, de que adianta chegar no topo da montanha e não ter ninguém para comemorar ao seu lado?

As pessoas não fazem o que elas deveriam fazer porque quando estão nas células erradas da matriz e sem parar para pensar, consomem todo tempo e a vida passa tão rápido, sem equilíbrio e resultado, que não conseguem se dar conta.

No livro Equilíbrio e Resultado, você vai encontrar vários cases de pessoas em suas diversas células, pesquisas e novos estudos sobre performance e vai descobrir que é possível ter equilíbrio e resultado na vida, sem dúvida.



***Christian Barbosa - Especialista no Brasil em administração de tempo e produtividade e 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 Tríade do Tempo; Você, Dona do Seu Tempo; e Estou em Reunião; e coautor do Mais Tempo, Mais Dinheiro. Sua mais nova obra: Equilíbrio e resultado – Por que as pessoas não fazem o que deveriam fazer? Mais informações em www.triadps.com.br e www.maistempo.com.br.**

+ MAIS ARTIGOS

O distribuidor como parceiro de marketing na área de TI

Redução de custos e ganho de produtividade - Duas boas razões para avaliar o fator acidentário

Como transformar seu negócio em franquia?

Segurança em aplicativos com conectividade

Opt-down: recuperando os usuários do opt-out

O preocupante sucesso de líderes despreparados

O que se ganha com o social contact center na nuvem

Segmentação: tendência das redes sociais

Pesquisas e dispositivos móveis: aliados importantes

O que é e como funciona o gerenciamento de projetos

O futuro do Token no Brasil

Aplicações corretas garantem a virtualização correta

Sociedade em família ou entre amigos pode dar certo?

A vez e a hora da educação

Desintoxicação digital? Ainda não!

Ter Razão ou Ser Feliz?

Novos critérios para Autorização de Funcionamento de Empresa e de Autorização Especial de farmácias e drogarias

O preço do desaparecimento de uma empresa

Dicas para administrar os e-mails no trabalho

Uma nova perspectiva para o agronegócio

O papel da logística no canal de distribuição

O Casamento entre o Fisco e o contribuinte está por um fio?

Mídias sociais corporativas e a colaboração nos negócios

Como Manter a Saúde Financeira das Empresas

A defesa em juízo dos adicionais de insalubridade e periculosidade

O que mensurar em um e-mail marketing?

Seu diretor suporta a pressão por resultados?

Não importa o que você faça, sempre será criticado

Folha de pagamentos: quando processá-la internamente?

Área tributária na onda das fusões

TI na saúde: a grande revolução no atendimento ao paciente

Os clientes como aliados

Tempo e aposentadoria: grandes aliados

Não é bom, mas não é ruim

Os dilemas enfrentados pelo mercado de distribuição

Momento propício à valorização do etanol

Disciplina para alcançar objetivos

O reembolso de despesa deve ser tributado?

Crise: não há mal que sempre