

Conecte-se nas redes sociais sem perder a produtividade

Frequentemente discutimos se é possível ser produtivo no trabalho e ainda utilizar as redes sociais ao mesmo tempo. Será que é realmente prejudicial passar algum tempo no Facebook ou Twitter?

Christian Barbosa (*)

Recentemente a Page Talent, unidade de negócios da Page Personnel dedicada ao recrutamento de estagiários e trainees, decidiu pesquisar o assunto entre os jovens. O levantamento feito pela empresa apontou que 45,2% usam as redes sociais no trabalho. Desse percentual, 42% permanecem conectados por cerca de uma hora diariamente. Além disso, um terço dos entrevistados reconheceu que a atividade pode atrapalhar na produtividade.

Para que você consiga ficar conectado sem prejudicar o seu trabalho sugiro dez ações que ajudarão a salvar seu tempo.

- 1 – **Seja seletivo nas suas redes** – Quantidade de redes não é qualidade. Para que participar de redes sociais que não são relevantes? O ideal é focar nas principais, na qual seus amigos e interesses estão localizados.
- 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 o porquê você foi “taggeado” na foto da seu amigo.
- 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 for utilizar o Twitter para fins profissionais, não misture com assuntos pessoais. Muitas empresas utilizam as redes sociais na hora de contratar um profissional e vai pegar muito mal se tiver fotos suas bêbado depois da balada. Mantenha coerência no perfil que você definir, com fotos, textos e comentários.
- 4 – **Determine horários** – Não sou contra ver seu Facebook durante o horário de expediente, sou contra o abuso desse uso. Caso queira acessar as redes no trabalho para fins pessoais, utilize seus horários antes ou após o expediente e seu horário de



almoço. 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.
- 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 posta muito e de uma vez só, acaba perdendo seguidores. E o que publica posts dizendo que acordou de mau humor também não agrega.
- 8 – **Aproveite seu tempo de espera** – Eu gosto muito de atualizar minhas redes quando 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 sintase obrigado a responder uma mensagem na mesma hora em 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 digital 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.

(*) É especialista em administração de tempo e produtividade, é CEO da Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo.