

CARREIRA

Como mudar o padrão de atraso



Christian Barbosa
Especialista em administração de tempo e produtividade, é CEO da Triad PS, multinacional especializada na área

Sabemos que todo mundo está correndo, só que no meio dessa correria acabamos nos tornando, além de corredores, “atrasadinhos” também. Atrasamos nossas reuniões, atrasamos para pegar os filhos na escola, atrasamos o relatório, atrasamos o happy hour, atra-

Atrasos constantes podem ser negativos para a carreira

samos o lazer, e uma série grande de etc. Para se ter uma ideia de como pode ser negativo chegar depois do horário combinado em um compromisso, no Japão, por exemplo, essa atitude é considerada um sinal de deselegância, desrespeito e falta de educação.

Atrasar é uma consequência natural da correria, de um estado

Chegar 15 minutos mais cedo é um bom começo

mental que entramos e que se reflete em diversas áreas da nossa vida. O pior é que esse estado nem sempre é uma realidade, pode ser apenas uma percepção, uma má-

triz que entramos sem perceber e acabamos vivendo essa ilusão.

No entanto, é preciso tomar cuidado com o excesso de atrasos. Uma pesquisa feita pelo Career Builder, site de recrutamento ame-

No Japão, atraso é tido como falta de educação

ricano, com cerca de 2.076 empregadores e profissionais de recursos humanos, apontou que, para 69% dos entrevistados, os atrasos frequentes podem impedir uma promoção de emprego.

Quer uma forma de começar a mudar esse padrão? Comece a ser mais pontual e faça um planejamento. É um pequeno começo, mas que vai ajudar a fazer uma grande revolução no final. Se você marcar a reunião às 9h, programe-se para chegar às 8h45, talvez até antes.

Se você tem um evento externo às 15h, planeje para chegar às 14h30 e assim por diante. Antecipe. Crie esse padrão mental e de atitude.

Esse “tempo extra” é o que evita problemas de caminhos errados, trânsito e também é o tempo que se tiver realmente “extra” pode ser usado para dar um tempo, para simplesmente sentar na cadeira e esperar.

Uns minutos para você ler uma revista, um livro ou simplesmente pensar na vida. Desacelerar aos poucos para a vida começar a andar em vez de simplesmente correr. Não é um conceito simples, mas é um conceito importante. Pense a respeito. Vá devagar!