

Título: Evolução na carreira vai além de um aumento	Tiragem: 58000
Veículo: Jornal do Commercio Brasil - RJ	Seção: Carreiras
Página: B1 e B8	Data: 24/10/2014
	Valor: R\$ 0,00

Dinheiro não é tudo

Estudo realizada pela Unify, empresa de software e serviços de comunicação, mostra que 43% dos profissionais recusariam um aumento de 10% se pudessem ter mais flexibilidade. Especialista em gestão de tempo Christian Barbosa (foto) sugere que empresas aproveitem melhor o tempo dos funcionários. **B-8**

Evolução na carreira vai além de um aumento

Pesquisa aponta que 43% dos profissionais recusariam 10% a mais de salário, se pudessem ter flexibilidade no horário; especialistas veem novo perfil profissional

» ANA PAULA SILVEIRA

N a hora de mudar os rumos da sua profissão, o que pesa mais na sua decisão? Qualidade de vida ou salário? Reter profissionais qualificados e comprometidos tornou-se uma preocupação constante nas empresas, até porque a remuneração já não é mais a única ferramenta para atingir esse objetivo. Estudo realizada pela Unify, empresa de software e serviços de comunicação, mostra que 43% dos profissionais recusariam um aumento de 10% se pudessem ter mais flexibilidade. Já 26% revelaram preferem trabalhar em horários e dias mais flexíveis, caso o salário tenha um acréscimo de 20%.

Além disso, 43% desses profissionais desejam mais flexibilidade para ter mais tempo para lidar com as responsabilidades familiares, enquanto 38% acredita que a iniciativa ajudaria a ter mais tempo livre para aproveitar a vida.

O especialista em gestão do tempo e produtividade, Christian Barbosa, avalia que se não existir um limite de tempo para a vida profissional, a vida pessoal não existirá. "A chave para tornar isso uma realidade é trabalhar melhor, de forma mais inteligente, utilizando melhor seu tempo no dia a dia", avalia o especialista.

A má gestão na rotina poderá deixar a pessoa estressada, sem energia, sem motivação, sem ânimo para os relacionamentos afetivos e também não irá conseguir cuidar da própria saúde. "Se uma pessoa não consegue administrar bem o seu tempo acaba perdendo momento preciosos na vida", analisa. Ainda segundo Barbosa, o equilíbrio nas duas



DIVULGAÇÃO

Ana Paula deixou a carreira corporativa e hoje trabalha em casa

>> SUA ESCOLHA

SIGA AS DICAS ANTES DE DAR UMA VIRADA NA VIDA PROFISSIONAL

1 - Faça uma análise do seu atual momento profissional para ver se você está somente cansado do trabalho ou se realmente quer mudar a sua carreira

2 - Estudar traz bons resultados. Buscar cursos, especializações e ampliar o conhecimento em sua área pode dar um novo fôlego na sua atividade

3 - Se for mudar de área, antes descubra o que você gosta. Isso aumenta as chances de o novo projeto dar certo.

4 - Faça uma poupança para possíveis temporadas de 'vacas magras'

áreas aliada a planejamento trará resultados satisfatórios para as pessoas tanto no que diz respeito a realização de tarefas no campo profissional, como no tempo dedicado ao lazer e a família e amigos. "Tudo tem o seu tempo", diz. Ele ainda afirma que não é preciso ser radical e escolher entre qualidade de vida e um alto salário ou um cargo. "Equilí-

brio gera resultados, portanto é preciso dar espaço para ambas as atividades", conclui o especialista.

Já a coach Dirlene Costa defende que esta mudança de comportamento é uma tendência dos profissionais da atualidade que buscam conciliar o sucesso profissional, sem perder a qualidade de vida em seus relaciona-

mentos. "Os profissionais percebem que vale mais ser produtivo e alcançar resultados, do que cumprir uma carga horária estabelecida nos escritórios e muitas vezes estressante", afirma.

Profissionais na faixa dos 40 anos em diante – que já possuem uma carreira estruturada – e os da geração Y – que nasceram após os anos 80 – estão na fase de valorizar a qualidade em suas vidas em detrimento de altos salários ou mesmo cargos. "Essa flexibilidade na carreira é procurada por profissionais que já alcançaram um status e estão consolidados e também os mais jovens que buscam ter uma vida diferente e que procuram um trabalho que alia essas características, ou seja é um outro perfil de profissional", constata.

De acordo com Dirlene, nesta época do ano também é comum a ação por impulso, já que muitas pessoas querem começar a revisar seus planos na atividade profissional. "Sempre é tempo de recomençar, mas com prudência e planejamento. É preciso estudar uma nova opção por, no mínimo, três meses antes de tomar a decisão de mudar algo drástico na carreira", completa a consultora.

Reflexão sobre o momento atual da carreira, análise de mercado e até uma poupança para vacas magras são ações imprescindíveis para quem está pensando em mudar sua vida profissional, orienta a especialista. "Falo com propriedade, pois larguei a carreira de 18 anos como executiva para ser coach e ganhar menos. Não me arrependo, pois estou feliz com a escolha, por isso é preciso pensar bem", exemplifica.

Publicitária opta por qualidade

Insatisfeita com o rumo de sua carreira, a publicitária Ana Paula Bettim largou a profissão em que se formou e atuou por anos para se dedicar a família e outros projetos. "Há exatos três anos troquei a capital pelo interior, atrás de menos violência e um ambiente calmo para trabalhar e

criar meus filhos. Tomei esta decisão pela saturação do mercado de trabalho, pela possibilidade de ter uma família composta em uma vida mais tranquila longe da capital", conta a gaúcha.

Aos 34 anos, ela explica que qualquer tomada de decisão exige autoconhecimento pa-

ra descobrir uma nova vocação, além de planejamento financeiro. "Já tive a experiência de priorizar o salário e a carreira no passado e deixar de lado a qualidade de vida e só ganhei problemas físicos e psicológicos devido a pressão do mundo corporativo", relata a portoalegrense.

Hoje, a rotina da ex-assistente de marketing é bem diferente do passado e trouxe benefícios como a possibilidade de chegar em casa em 10 minutos; a de não precisar de transporte urbano ou ter que enfrentar trânsito e ter mais

tempo perto da natureza.

Ana Paula faz questão de afirmar que existem dificuldades como o sistema de saúde precário no interior; a falta de vida cultural e um mercado de trabalho restrito, por conta do tamanho das cidades. "Aprendi que a qualidade de vida compensa em muito, a corrida enlouquecida pelo dinheiro e posição na carreira. É preferível dar valor aos momentos com a família, embora muitas vezes, a gente sinta um pouco a falta do agito da cidade grande", afirma. (APS)