

FOTOS: FRANCISCO NERO



Estudo foi feito com 3,5 mil pessoas em todo o Brasil com idade média de 34 anos

Segundo pesquisa, 67% dos brasileiros ainda não pararam para pensar no que querem fazer

Jurana Lopes
jurana.lopes@jornaldebrasil.com.br

Um novo ano começou e muita gente não planejou os objetivos que deseja alcançar ao longo dos próximos 12 meses. Uma pesquisa realizada pela Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo, aponta que 67% dos brasileiros ainda não pararam para pensar no que querem fazer em 2016.

Os últimos dias do ano são um período que costuma provocar reflexões. É quando muitas pessoas dedicam algum tempo para pensar no que deu certo e errado durante o ciclo que se finaliza, no que é preciso melhorar, quais são as metas que devem se tornar prioridade no ano seguinte e os objetivos a serem alcançados. Mas, conforme o resultado do levantamento, apesar de 87% das pessoas ouvidas estarem otimistas em relação a 2016, a maioria

não parou para pensar em como esse período deve ser.

O estudo foi feito com 3,5 mil pessoas em todo o Brasil, com idade média de 34 anos, sendo 89% empregadas, 10% desempregadas e 1% aposentados. A conclusão mostra também que 8% dos entrevistados ainda não têm ideia do que desejam fazer. Por outro lado, 25% estão com o ano planejado.

8%
dos entrevistados ainda não têm ideia do que desejam fazer em 2016

PRIORIDADES

Quando questionados sobre as cinco ações que fazem parte dos planos, as respostas que mais se destacaram foram ter mais tempo para o que é importante (49%); guardar ou investir dinheiro (47%); investir na carreira (46%); cuidar da saúde (32%) e falar outro idioma (31%). A análise ainda questionou o que mais preocupa as pessoas. **Nesse quesito, 23% dos entrevistados apontaram as finanças pessoais, 17% a economia e 14% o desemprego.**



Para Avenilson, não adianta planejar nada se a economia do País está cada dia pior

“Época de pensar em renovação”

Pelas ruas do Distrito Federal, é possível ouvir expectativas boas e ruins para 2016. “Essa é uma época de pensar em renovação, em que se cria muitas expectativas. Eu já parei para planejar 2016 e tenho como metas fazer duas viagens, pelo menos, dedicar mais tempo para a minha família, principalmente porque meus filhos moram no DF e eu no Pará. Além disso, pretendo começar um curso de inglês e emagrecer alguns quilos”, revela a auxiliar financeira Cassilda Torres, 63 anos. Segundo ela, planejar com antecedência as viagens ajuda a economizar nos custos.

O servidor público Marcial Perez, 58 anos, se enquadra no grupo de pessoas que querem ter mais tempo “para o que realmente importa”. “Minha meta é resolver assuntos pessoais. Geralmente, dedico tempo só para o trabalho e deixo coisas importantes de lado. Outro objetivo é abrir o meu próprio negócio e me tornar independente, meu próprio chefe”, afirma. A grande preocupação dele é em relação à instabilidade econômica e política.

Pausa para o descanso é prioridade

A correria faz parte da rotina de muitos brasileiros que querem que momentos de sossego entrem nos planos de 2016. A autônoma Geraldina Amaro, de 48 anos, relata que há mais de quatro anos não sabe o que é tirar férias ou ter um dia sequer de descanso. Inclusive, já deixou de viajar com o marido e os filhos por causa do trabalho. “Meu objetivo é cuidar mais da minha saúde e tirar férias. Por isso, já estou planejando a viagem para julho. Dessa vez, eu não vou perder a oportunidade de descansar ao lado da minha família”, assegura.

Quem também está em ritmo acelerado de trabalho é a comerciante Ana Pedrosa, de 35 anos. Por causa da correria diária, ela ainda não teve tempo de pensar no que pretende fazer em 2016, mas assegura que sua prioridade é desacelerar e viajar um pouco mais. A expectativa de Ana é que ocorra uma melhora significativa na situação econômica e política do Brasil.

CADA DIA PIOR

Na opinião do jardineiro Avenilson Alves, 41, não adianta planejar as coisas se a situação econômica do País está cada dia pior. “A gente espera que as coisas melhorem,



Minha meta é conseguir resolver assuntos pessoais. Geralmente, dedico tempo só para o trabalho e deixo coisas importantes de lado. Outro objetivo é abrir meu próprio negócio.

Marcial Perez,
servidor público

É preciso ser o protagonista da própria história

Para Christian Barbosa, CEO da Triad PS, considerado um dos maiores especialistas do Brasil em gestão do tempo e produtividade, tudo que ocorrer no novo ano vai depender de como se encara e se reage às situações do dia a dia.

“Acredito muito que o destino é criado, não é dado. As pessoas precisam ser protagonistas de suas histórias e não vítimas das consequências. Não é a economia, o chefe ou a empresa que vão definir o que a pessoa vai fazer ou conquistar em 2016. O que define isso é a atitude, coragem, os passos dados e as escolhas feitas” pontua.

PLANO DE TRANSFORMAÇÃO

O especialista assegura que é possível montar estratégias para que as pessoas aprimorem o plano de ano novo, de forma que não sejam apenas promessas esquecidas, mas um verdadeiro plano de transformação da rotina para criar melhores resultados.

“Acredito que é possível fazer um ano de 2016 muito melhor. O que tornará isso viável são as nossas escolhas e atitudes. Ao fazermos diferente, conseguimos ir além”, destaca Barbosa.

mas, do jeito que está, só vejo piora. **Nem planejo mais as coisas, porque sempre me decepção. Às vezes, a gente pensa em viajar com a família, mas a inflação sobe, os preços vão para as alturas e o dinheiro fica muito pouco”, explica.**

Meu objetivo é cuidar mais da minha saúde e tirar férias. Por isso, já estou planejando a viagem para julho. Dessa vez, não vou perder a oportunidade.

Geraldina Amaro,
autônoma



NÚMEROS

25%

dos entrevistados estão com o ano planejado

49%

querem ocupar o tempo com “o que é importante”

47%

pretendem guardar dinheiro

46%

buscam investir na carreira

32%

planejam cuidar mais da saúde

31%

querem aprender outro idioma

O ESPECIALISTA CHRISTIAN BARBOSA DESTACA 5 FATORES QUE FARÃO O ANO FUNCIONAR MELHOR

1 Aprender: O que você aprendeu no último ano? O que foi que fez o seu ano acontecer de verdade ou que fez com que ele rendesse? Muitas vezes, escrever ajuda a entender que coisas erradas ficaram no passado e que você deve aprender com isso.

2 Visualizar: Esse é um ponto fundamental, pois, quando a pessoa está deprimida ou não

consegue ver uma situação futura possível de alcançar, ela não consegue mudar. Ela não tem medo nem coragem e muito menos as escolhas para chegar ao lugar ideal. Esse poder de visualizar essa nova realidade, por exemplo, conseguir um emprego melhor, aplicar o dinheiro em um fundo de investimentos, aprender um novo idioma, é positivo e empolgante. Essa realidade faz a pessoa se

desenvolver e buscar coisas novas. É preciso tomar novas atitudes para criar novas linhas de pensamento.

3 Ferramentas: O que podemos considerar ferramentas? Pode ser um livro, um curso realizado ou uma pessoa que você conheceu e que ajudou a fazer diferença. São pequenos insights que podem criar uma nova realidade. Quando você usa a mesma ferramenta para

atingir um resultado diferente, dificilmente consegue sair do lugar. Busque por coisas novas, arrisque e coloque um pouco do seu eu para fazer com que isso aconteça.

4 Pessoas: Pessoas são capazes de fazer a diferença na sua vida e no seu ano também, de forma positiva ou negativa. As positivas, que fazem você crescer e desenvolver, levam-nos a um

patamar diferente. Procure por meios que te ajudarão a se aproximar de pessoas diferentes.

5 Força de vontade: O quanto você consegue ter força de vontade para manter aquilo que deseja? Isso significa blindar a sua mente, as suas escolhas e o seu tempo para fazer isso acontecer. O destino é criado, não é dado. Ou seja, você cria o seu destino.