

Christian Barbosa

Pare de inventar desculpas para tudo

Todos nós conhecemos pessoas que estão cheias de desculpas e com pouco resultado. Geralmente, indivíduos com esse hábito têm justificativas para tudo, seja no trabalho, na família, na academia ou em qualquer situação da vida.

Sempre digo que todo mundo tem um lado claro e outro escuro. O claro é aquele que nos faz tomar decisões, é nele que as coisas acontecem. No entanto, no lado escuro, as coisas ficam nebulosas e existe muita insegurança, o que faz com que as pessoas criem desculpas para determinadas situações.

Aliás, acredito que todo mundo vai dar desculpas uma hora ou outra, afinal existem momentos em que, naturalmente, surge uma certa preguiça. O problema é quando isso se torna crônico. No ambiente de trabalho, por exemplo, onde as desculpas estão cada vez mais presentes, a questão

Vale destacar também que, em grande parte das vezes, a raiz de tudo está na expressão "eu não tive tempo". Essa é a pior das desculpas! É preciso entender que o problema não é a falta de tempo e, sim, você que não escolheu priorizar a tarefa que deveria ser feita.

fica evidente quando um profissional deixa de ter resultados e as justificativas passam a imperar.

Caso você trabalhe em uma empresa ou seja um gestor, uma forma simples de enxergar esse problema é pensar que todo mundo tem uma balança, por isso avalie a equipe da seguinte forma: quanto tem de desculpa no dia a dia? É preciso ver se isso não está interferindo no resultado ou, até, superando os resultados obtidos.

É como diz aquela famosa frase: somos contratados por nossas habilidades técnicas e demitidos por nossas atitudes comportamentais. Ou seja, certamente, o excesso de desculpas pode ser o responsável por uma demissão.

Vale destacar também que, em grande parte das vezes, a raiz de tudo está na expressão "eu não tive tempo". Essa é a pior das desculpas! É preciso entender que o problema não é a falta de tempo e, sim, você que não escolheu priorizar a tarefa que deveria ser feita.

É preciso pensar nisso, será que você está dando desculpas demais ou será que está gerando resultados para a sua empresa, vida, equipe e assim por diante? Pessoas que não geram resultados são profissionais que ficam naquele time com quem ninguém quer trabalhar e que, simplesmente, patinam em vez de caminhar na direção daquilo que almejam. É preciso ser mais forte que as desculpas.

Um exemplo prático é aquele momento do dia em que você fica em dúvida se deve ir para a academia ou não. Pense da seguinte forma: se for para a academia, vou me sentir bem e ficar mais disposto. Ao visualizar a situação, você fica livre da desculpa interna (como a maioria faz), seu lado escuro começa a ficar mais claro e, com isso, sai do lugar e começa a fazer aquilo que deveria fazer.

O mundo está cheio de desculpas, não seja mais um a ficar inventando justificativas para tudo e todos. Em vez disso, crie questionamentos para vencer as desculpas e tornar o seu dia muito mais produtivo.

Christian Barbosa 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

Direto do BEMPARANÁ.com.br

BR-277

Volta do Litoral tem pico de fluxo de mais de 2.300 carros por hora

O movimento na BR-277 no retorno do Litoral foi intenso, ontem, especialmente a partir do final da tarde, quando mais de 2.300 carros por hora faziam o trajeto no sentido para a Capital. A estimativa da Ecovia era de que 112 mil veículos circulariam nos dois sentidos da rodovia entre sexta-feira e o domingo.



Guaratuba

Carreta tomba, pega fogo e bloqueia a BR-376

Depois de quase duas horas de interdição, o tráfego foi liberado na pista Sul da BR-376, sentido Palhoça (SC). O trânsito foi interditado por volta das 16 horas, depois que uma carreta pegou fogo e tombou no km 668, nas proximidades de Guaratuba (Litoral do Estado). Houve lentidão entre os kms 651 e 668.

COMER E CURTIR

Ceviche tropicaliente

Em busca de novidades para o cardápio do curitibano Simples Assim, que une cervejas e cachaças artesanais a um cardápio com as tradicionais comidinhas de boteco, o chef Guilherme De Rosso acaba de lançar um prato especial: o Ceviche Tropicaliente.

MAIS

www.bemparana.com.br/comerecurtir

DEVANEIOS DO MOTTA

Preocupe-se

Come To My Aid, canção do Simply Red, é um apelo sobre o fato de que, quando o bem-estar passa a dizimar, é hora de se preocupar com o povo da sua terra. É bom para a reflexão do o momento político em que vivemos em nosso país.

MAIS

www.bemparana.com.br/motta

PAPO PET

Adoção

A Unidade Hospitalar de Animais de Companhia da PUCPR, no Câmpus São José dos Pinhais, conta com 20 cães abandonados, a maioria deixados após serem levados para tratamento veterinário no local. Todos podem ser adotados.

MAIS

www.bemparana.com.br/papopet

TOP FIVE

As cinco mais acessadas ontem no site

- | | | |
|---|---|--|
| 1 | Prevenção
Shopping barra entrada de menores desacompanhados | |
| 2 | Fake
Folheto avisa sobre greve de ônibus na segunda-feira. Mas é falso | |
| 3 | Laranjeiras do Sul
Adolescente deixa carta de despedida e desaparece | |
| 4 | Aluguel do estádio
Paraná inicia temporada com polêmica envolvendo o Atlético e a Vila Capanema | |
| 5 | Loteria
Dois apostadores acertam as seis dezenas da Mega-Sena | |

EM ALTA

Até a manhã de ontem, onze trechos de RODOVIAS ESTADUAIS ainda estavam com bloqueio parcial ou total por causa das chuvas da semana passada. Sete destes trechos tinham bloqueio total, mas na semana que passou o número chegou a 42 trechos com problemas em decorrência dos temporais.

EM BAIXA

A Usina Hidrelétrica BELO MONTE, no Rio Xingu (PA), vai acionar as primeiras turbinas nos próximos meses, mas poderá ter problemas para escoar a energia gerada. As linhas de transmissão para ligar a usina ao Nordeste estão paradas porque a empresa responsável está em recuperação judicial na Espanha.

BEMPARANÁ
Editora Jornal do Estado Ltda | CNPJ 76.637.305/0001-70

Fundador ROBERTO BARROZO FILHO (1922-1999)

RODRIGO BARROZO Diretor	RONEY RODRIGUES PEREIRA Superintendente
JOSIANNE RITZ Chefe de Redação	LYCIO VELLOZO RIBAS Secretário de Redação

REDAÇÃO, ADMINISTRAÇÃO E COMERCIAL

R. Dr. Goulín, 2.020
Hugo Lange
CEP 80040-280
Curitiba - PR
Fone (41) 3350-6600
Fax (41) 3350-6650
www.bemparana.com.br
contato@bemparana.com.br

REPRESENTANTE

RDP - Redes Diários do Paraná S/A
PARANÁ/PR - Rua Marechal Hermes, 990, Juvevê, Curitiba, CEP 80.530-230, fone (41) 3019-3500
BRASILIA - REDEPAR/IBIS&ZMC Comunicações
SCLN 311 - Bloco D - Sala 111 - ASA NORTE - BRASILIA - DF (61) 3349-5061/9986-2467 - CEP 70.757-540
PORTO ALEGRE - REDEPAR/JC COMUNICAÇÕES
Av. Venâncio Alves, 1191 - Cj. 82 - Bonfim - PORTO ALEGRE - RGS (51) 3332-3994/8445-8566 - CEP 90 040 - 193
SÃO PAULO / RIO DE JANEIRO / FLORIANOPOLIS - REDEPAR/Paraná
Rua Marechal Hermes, 990 - CURITIBA/Pr. - CEP 80.530-230 (41)3019-3500 / 9972-3735 - florenzano@redepar.com.br

ATENDIMENTO AO ASSINANTE
0800 643 1934

FALE CONOSCO

Chefe de redação: (3350-6651) Josianne Ritz
Política (3350-6674) Ivan Santos
Geral (3350-6668) Mario Akira
Economia (3350-6668) Mario Akira
Diversão e Arte (3350-6651) Josianne Ritz
Esportes (3350-6677) Silvio Rauth Filho
Fotografia (3350-6679) Franklin de Freitas