



# RH & Tendências



"As pessoas não estão conseguindo definir as suas prioridades."  
Sullivan França

## Insatisfação gera procrastinação

Em pesquisa da Triad Productivity Solutions, 97,4% dos entrevistados afirmaram já terem procrastinado em algum momento da vida

Procrastinar sempre foi um dos principais problemas enfrentados no ambiente de trabalho. E o hábito de adiar as tarefas acaba colocando muita gente em situação delicada. A crise econômica do Brasil é um fator que impulsiona esse comportamento, pois as emoções, principalmente a insegurança e o estresse, afetam o psicológico e influenciam no andamento das atividades.

Em pesquisa da Triad Productivity Solutions, empresa especializada em produtividade, 97,4% dos entrevistados afirmaram já terem procrastinado em algum momento da vida. De acordo com o levantamento, são muitos os motivos que levam as pessoas

### CRISE

As emoções, principalmente a insegurança e o estresse, afetam o psicológico e influenciam no comportamento

à procrastinação. Entre os itens apontados pelos entrevistados, a distração com a internet (e-mails, redes sociais, blogs) é o maior deles, recebendo 62,3% dos votos.

Sullivan França, especialista em comportamento humano e presidente da Sociedade Latino Ameri-

cana de Coaching (SLAC), acredita que o hábito tem se tornado comum nos últimos anos. "O avanço das tecnologias trouxe muitas opções para a distração do ser humano. Com isso, as tarefas acabam se perdendo, pois as pessoas não estão conseguindo definir as suas prioridades".

O especialista acredita que esse fator está diretamente ligado à insatisfação profissional. Para ele, se a pessoa se sente realizada, há grandes chances desse hábito não se tornar corriqueiro. "A melhor alternativa é encontrar um local onde você realmente é feliz. Dessa forma, as chances de se desenvolver um bom trabalho e alcançar as metas são ainda maiores", explica.

## Melhoria contínua

### Solidão No Primeiro Mundo

Pesquisas realizadas nos EUA mostram que o número de adultos que se dizem solitários aumentou de 20% em 1980 para mais de 40% atualmente. Um terço da população com mais de 65 anos vive sozinha. Para os que têm mais de 85 anos já são mais de 50%. É sabido que o isolamento social traz consequências sérias como insônia, sistema imunológico vulnerável, mais inflamação e muito estresse. Em outras palavras, a solidão é um fator de risco tão importante quanto à obesidade e o vício de fumar. Tem uma causa para isso, dentre outras, que se destaca naquele país de primeiro mundo: esse número preocupante também é consequência do materialismo exacerbado, que estimula amar mais coisas do que o ser humano. Nessa linha de raciocínio, o norte-americano tende a se tomar "ter humano", tal é a valorização que se dá ao "ter". Com isso a cultura do egoísmo é alimentada, que, por sua vez, provoca o isolamento.

O egoísmo ocorre quando você tira Deus do centro gravitacional da sua vida e se coloca no lugar dele. É você

servindo apenas você e mais ninguém. Bem diferente de famílias latinas, as famílias daquele país, em geral, forçam os filhos adolescentes a saírem de casa e terem uma vida independente. Tem o lado positivo, que força o jovem aprender a se virar. Mas me lembro de um amigo americano que me confidenciou que ao completar 18 anos se recusou sair de casa, e seus pais, então, começaram cobrar aluguel dele. Considerando a lei da ação e reação da Vida, a consequência perante a esse tipo de conduta vem com o tempo: os pais velhinhos, geralmente, são praticamente abandonados e vivem sós. Estive em Atlanta, Estados Unidos, na década de 1980, e me chamou atenção muitas senhoras idosas morando sozinhas, adotando jovens estrangeiros para terem companhia. Em troca, esses imigrantes recebiam moradia e refeição. A escolha de Donald Trump para presidente também é um reflexo disso. Ele pretende construir muros ao invés de pontes. Ninguém vive bem só. Nós precisamos uns dos outros. Talvez se o sentimento de solidão tivesse cheiro e

cor, com certeza seríamos um pouco mais solidários. No meu caso, quando esqueço de mim, fico um pouco feliz. E, quando me dedico ao próximo, fico bem mais feliz. Fico refletindo: quando será que uma autoridade influente daquela nação perguntará "Como está o estado psicológico da população?". Dá impressão que basta ser rico e pronto. Tanto dinheiro investido em segurança e, pelo visto, pouco em políticas públicas que visam à prevenção da saúde mental da população. Fica aqui um questionamento: Estará o sistema de viver nos Estados Unidos, conhecido como "american way", cuja base são as crenças nos direitos à vida, à liberdade e à busca da felicidade, se esgotando? Evolução moral pressupõe praticar o amor e a caridade. É egoísmo não doar tempo para o próximo. Presentear, antes de qualquer coisa, é estar presente.

**Davison de Lucas** é diretor da M.Davison Consultoria Consultor Organizacional e palestrante [www.mdavison.com.br](http://www.mdavison.com.br)

# Vida Profissional

Roberto Rufino



Divulgação

### Alta performance profissional

Alunos de RH da Faculdade de Agudos (Faag) participaram na terça-feira, 21 de fevereiro, da palestra "Alta performance pessoal e profissional", ministrada pelo coach Jarve de Assis. A apresentação abordou técnicas de como atingir um desempenho excelente na vida e no trabalho levando em conta o equilíbrio de dez pilares: você, saúde, parentes, filhos, conjugal, amigos, intelectual, financeiro, profissional e emocional.



Douglas Reis

### Operações Imobiliárias

Repercutiu positivamente a recente publicação da empresa Guta Vicentin Operações Imobiliárias na coluna Gente, Negócios & Propaganda. A empresa conta com equipe altamente capacitada e sempre está atualizada com as novidades. Equipe Guta Vicentin: Carla Teizen, Marilda Lini Rafael, Marina Brosque, Cristina Bataiola, Sandra Ruiz, Layrson Bataiola; Guta Barneze Vicentin e Carlos Vicentin.



Divulgação

### Equoterapia

A fisioterapeuta e instrutora de equitação Sabrina Breslau, supervisora do Centro de Equoterapia Bauru, representou o local no curso de Educação e Reeducação na Equoterapia e o Volteio Interativo, ministrado pela especialista Luciana Pavitsinos.



Divulgação

### Feira do Empreendedor

Os docentes das áreas de gestão e negócios e tecnologia da informação do Senac Bauru participaram da sexta edição da Feira do Empreendedor do Sebrae, que aconteceu em 19 de fevereiro, em São Paulo. Na ocasião, Camila Serra e Flavio Mangili, da área de gestão e negócios, e

Carlos Alberto Maiello Júnior, docente de tecnologia da informação, desenvolveram oficinas de empreendedorismo e apresentaram o protótipo do aplicativo Plano de Negócio Circular. A tecnologia tem o objetivo de ajudar no planejamento para a abertura de empreendimentos.