



 IMPRIMIR

ABMNNews

PERDENDO A CONCENTRAÇÃO

11/9/2007

Falta de foco. Este é o principal motivo para a incapacidade das pessoas em realizar vários trabalhos ao longo de um mesmo período. A velha máxima o que fazer versus o que deixar de fazer ou a utilização do princípio de Pareto deveriam ser uma prática de trabalho diária ou pelo menos uma fonte de inspiração para o aumento da produtividade pessoal e eficácia no trabalho, embalados pela famosa administração do tempo. No entanto, o que vemos na realidade é o aposto como mostra uma pesquisa norte-americana.

O estudo revelou que um profissional consegue manter-se focado na tarefa por no máximo 11 minutos, em média, até ser interrompido por e-mail ou telefone. E, a cada interrupção na atividade, o indivíduo levará em média 25 minutos para retomar o grau de concentração anterior. Podendo acarretar em perda até duas horas diárias por conta da falta de foco em suas atividades.

Para o consultor Christian Barbosa, da consultoria Tríade do Tempo, a empresa também tem sua parcela de culpa, com ambientes facilitadores da dispersão e não estabelecendo limites para ao uso de e-mail e internet. O especialista em produtividade pessoal e empresarial pontua, ainda, que a falta de foco no trabalho pode ter três origens: fisiológico, pessoal ou corporativo, sendo que os dois últimos podem ser alterados pelos profissionais e pelas organizações.

Segundo essa mesma consultoria, os brasileiros gastam apenas 30,45% do seu tempo com atividades realmente importantes.

Carta Capital, Dinheiro, Jornal Valor Econômico, Gazeta Mercantil, Exame.

www.abmn.com.br

direitos reservados - é expressamente proibida a reprodução total ou parcial de qualquer material publicado nestas páginas, sem autorização prévia.