

“Uma vida sem desafios não vale a pena ser vivida.”

*Sócrates*

# CRESCER

Ano VI - Nº 238 • 26 de agosto de 2009

O CRESCER é uma publicação do Setor de Comunicação da  **TECNOLENS**  
O Laboratório da Sua Ótica

## 10 dicas para melhorar a produtividade

Parte 1/5

Muita gente acreditava que os avanços tecnológicos ajudariam as pessoas a serem mais produtivas no trabalho e terem mais tempo disponível para a vida pessoal. Ledo engano! Segundo estudos recentes, o tempo livre em relação às horas trabalhadas não se alterou nos últimos cem anos. Renato Bernhoeft traz em seu livro *Tempo a favor* algumas explicações dos motivos pelos quais as pessoas continuam trabalhando tanto e, conseqüentemente, tendo menos horas livres. O autor relata a pesquisa dos americanos Valerie A. Ramey e Neville Francis, que descobriram os três comportamentos e fatores responsáveis por essa realidade:

1. O tempo que as pessoas dedicam aos estudos e ao auto-desenvolvimento.
2. As demandas provenientes da dedicação aos trabalhos domésticos.
3. O deslocamento de casa para o trabalho e vice-versa.

Esses três fatores têm contribuído para a sensação que muitas pessoas possuem de que realizam várias coisas, mas sempre

há algo para terminar, atividades adiadas e tarefas atrasadas, o que faz com que elas se sintam improdutivoas. E como mudar isso? Em relação a esses três fatores, é possível se esforçar para planejá-los de forma que melhorem a rotina, porém não se pode deixar de estudar, do contrário, coloca-se em risco a carreira; as tarefas diárias podem ser divididas, mas sempre será necessário cuidar delas; e morar perto do trabalho é um sonho que poucos conseguem realizar. Então, também é possível detectar outros fatores que podem melhorar a produtividade. Segundo Gutemberg B. de Macedo, presidente da Gutemberg Consultores, evitando alguns desperdiçadores de tempo no ambiente de trabalho, conseguimos ser mais produtivos tanto pessoal quanto profissionalmente: “Podemos citar como razões que contribuem para a improdutividade o excesso de burocracia, a falta de motivação e engajamento pessoal, as reuniões que não agregam valor aos negócios (na maioria das vezes, elas são desmotivadoras), entre outros”.

No decorrer desta matéria, você encontrará muitas su-

gestões de especialistas em produtividade para ajudá-lo a usar melhor seu tempo. O primeiro passo para utilizar essas dicas é entender a diferença entre trabalhar muito e ser realmente produtivo. “Ser produtivo significa fazer o que tem de ser feito de maneira excelente. Fazer mais com menos em todos os sentidos – recursos humanos, financeiros, tecnológicos, etc.”, explica Gutemberg. Assim, não adianta uma pessoa permanecer longas horas na empresa se faz o mesmo trabalho inúmeras vezes ou não agrega valor para a organização. Além da sensação citada anteriormente, de fazer muito, mas estar sempre sem tempo para diversas coisas, a improdutividade pode, a longo prazo, prejudicar sua carreira – levando, até mesmo, à demissão –, saúde, relacionamentos e vida pessoal em geral, ou seja, é preciso começar agora mesmo a melhorar sua produtividade. Vamos lá?

(... Continua na próxima semana.)

**Karen Jarczowski**

é graduada em Jornalismo, com pós em Marketing. É editora da revista *Motivação*.

E-mail: [karen@vendamais.com.br](mailto:karen@vendamais.com.br)