

## **Será que você não TEVE TEMPO?... Ou teve perda de tempo?**

Caro amigo, se investir de dez a vinte minutos do seu dia em conhecimento e aprendizado significasse melhores resultados em sua vida pessoal e profissional, você o faria?

Bem, se a sua resposta foi sim, espero sinceramente que você disponha agora destes cinco ou dez minutos para concluir esta leitura e assim começar a entender a diferença entre 'não ter tempo' e 'ter perda de tempo'. Para começar, vou lhe sugerir uma pequena experiência: Comente este artigo com alguns dos seus colegas que você sabe receberem também a Revista GRUPEMEF.

Provavelmente, receberá entre outras respostas algumas como: "É, eu vi, mas não tive tempo de ler". Aqui surge então uma interessante reflexão: Será que estas pessoas não encontraram no período bimestral de circulação da Revista - sessenta dias - uma fração de dez a vinte minutos para dedicar à leitura? Por que alguns tiveram tempo de ler e outros não?

Qual é a verdadeira causa por trás desta justificativa da falta de tempo? Afinal, todos nós dispomos do mesmo tempo! É o tempo, o elemento mais democrático do mundo, todos nós com os mesmos 1.440 minutos por dia; e por que alguns conseguem, destes 1.440 minutos, investir dez a vinte minutos em uma leitura e outros não?

Destas perguntas, surgem os primeiros passos na distinção entre 'não ter tempo' e 'ter perda de tempo'.

Dando seqüência ao tema desenvolvido na edição de número 77 desta Revista: 'Estou com pressa, e você?', vamos tentar entender porque algumas pessoas parecem ter mais tempo do que outras e descobrir como criar um grande diferencial positivo: o 'aproveitamento do tempo'.

Em primeiro lugar, é importante entender como é a sua relação com o tempo. O tempo é seu aliado ou é seu inimigo? Você é daqueles que vivem lutando' contra o tempo? Toda vez que você lutar contra o tempo, aposte no tempo, pois como já dizia o cantor Cazuza: 'O tempo não pára'. E, se o tempo não pára, o melhor que você pode fazer é aprender a utilizar produtivamente o seu tempo, afinal, a sua vida é reflexo do que você faz com o seu tempo e os seus resultados são também proporcionais à forma que você o utiliza.

Neste ponto, gostaria de lhe perguntar: O que falta ainda para você conquistar no seu ambiente de trabalho? No seu setor? Quais resultados você poderia ter e que ainda não tem? Quem definiu os limites das suas conquistas? Quais são, de fato, os seus objetivos e metas? O que ainda precisa ser feito? Você gostaria de ter todas estas respostas? E melhor: você gostaria de realizar todas essas conquistas?

Então, quanto tempo você está disposto a perder até começar a agir efetivamente e fazer o que precisa ser feito para que possa se dirigir mais rapidamente rumo aos seus objetivos e metas? Aliás, será que você teve tempo para elaborar suas metas, seus objetivos? Será que você teve tempo de planejar o que há de mais importante em sua vida, ou seja, a sua própria vida?

Muito provavelmente várias pessoas estão entre aquelas que afirmam constantemente: "Tenho de fazer o meu planejamento, o meu projeto pessoal e profissional; um dia desses vou parar para fazer isso etc...." É o que chamamos de procrastinação: ato contínuo de adiar a realização de determinada ação.

A procrastinação é um hábito perverso, pois além de impedir a realização de diversas ações, estabelece em quem procrastina uma ansiedade e sentimento de culpa pela atividade adiada repetidamente. E é aí que, normalmente, usamos o 'não tive tempo' para justificar a inércia e alimentar o auto-engano. Sim, a inércia, porque algo importante deixou de ser realizado, e o auto-engano porque ao utilizar o 'não tive tempo' você se conforta pensando: "Se eu tivesse tido tempo teria feito, mas como não tive tempo, não tenho tanta culpa".

Mas, será mesmo que você não teve tempo? Uma pessoa que freqüentemente não tem tempo costuma ser, em verdade, alguém que 'perde muito tempo'. Assim, com muito tempo perdido, de fato, não resta tempo para mais nada.

E como perdemos tempo? Vamos a alguns exemplos:

Uma pesquisa feita pelo instituto Franklin Covey identificou que pessoas que trabalham em escritórios perdem, em média, 28 minutos por dia tentando encontrar informações e anotações espalhadas por sua mesa de trabalho. Um outro estudo norte-americano mostrou que os americanos perdem em média 42 horas por ano procurando as chaves do carro dentro de casa. Ainda mais trágica é uma outra pesquisa que revela que nós perdemos aproximadamente 20 dias de toda nossa vida envolvidos na interessante tarefa de abrir as embalagens plásticas que envolvem os CDs e outros 20 dias com as mãos embaixo do chuveiro esperando a água esquentar. Quanta perda de tempo!

E por que perdemos tanto tempo?

Em primeiro lugar vem a ausência de prioridades claras, estabelecidas. Sem uma definição de prioridades é comum você se envolver com uma série de coisas ao mesmo tempo, dispersar e ficar vagando de uma para outra, sem ao menos concluir alguma. Mas, para se estabelecer prioridades, é necessário primeiro que você estabeleça seus objetivos e certifique-se de que está disposto a cumprir com os termos que estes objetivos exigem de você. De posse deste contrato de compromisso, defina claramente quais serão as tarefas que você precisará empreender e assim elabore sua lista de prioridades.

Em segundo lugar, existe também o que chamamos de ausência de sistematizações, ou seja, muitas pessoas não elaboram um programa para cumprimento das tarefas, como pendurar as chaves no mesmo lugar, enumerar uma lista de coisas a fazer e anotar as informações em um mesmo lugar, por exemplo.

Ainda como motivo da perda de tempo, vem a falta de planejamento. Muitas pessoas não dedicam um minuto sequer ao planejamento e sem planejamento a tendência será cuidar apenas das questões mais urgentes.

Mas, um dos mais graves motivos da perda de tempo, e também uma incrível vilã capaz de lhe atrapalhar em todas as áreas da sua vida, é a indisciplina.

Talvez você conheça esta 'pilantra', talvez já tenha percebido o toque áspero de suas mãos no seu ombro e até já tenha percebido os terríveis efeitos da sua arma mortal: a preguiça, que fez você abandonar projetos iniciados com tanto empenho e emoção.

Ou seja, o importante mesmo é perceber que a falta de tempo crônica é um sinalizador de que algo está errado em algum estágio da sua programação. Pode ser que você esteja sem objetivos claros, sem prioridades definidas, talvez esteja perdendo muito tempo em função da falta de planejamento, da falta de concentração ou até mesmo por conta do hábito da procrastinação. Não ter tempo de responder a um e-mail, de retornar uma ligação, de olhar o que foi planejado - se é

que foi planejado - na sua agenda, não ter tempo de ligar para um consultório médico confirmando a presença do doutor, são sintomas de pessoas que perdem muito tempo.  
Agora responda sinceramente: Quanto tempo você levou para ler este artigo? Três minutos? Cinco minutos? Dez minutos?

Espero que estes poucos minutos tenham sido úteis para lembrá-lo a respeito da importância que tem o tempo em nossas vidas. E se o tempo é tão importante, o que esperamos?

Portanto, não espere o dia em que tiver mais tempo para realizar algo que vem adiando. Você nunca terá mais tempo, você sempre teve e sempre terá o mesmo tempo de sempre. Achamo-nos ainda esperando por algo que esteve acontecendo o tempo todo: o nosso tempo, a nossa vida. O que não podemos mais fazer se chama 'passado'. O que queremos realizar se chama 'futuro'. E a autonomia que temos de mudar tudo se chama PRESENTE.

Aquele que mata o tempo não é em verdade um assassino, mas sim um suicida que não compreende a importância e o valor do seu tempo.

Então, o que você ainda pode fazer no dia de hoje?

Alexandre Scher Soares é Palestrante e Consultor de Treinamento e Desenvolvimento da Triunfo Consultoria.

E-mail: [schersoares@otriunfo.com.br](mailto:schersoares@otriunfo.com.br)

Fonte: [http://www.grupemef.com.br/revista/materia.php?id\\_tb\\_rev\\_revista\\_pk=838](http://www.grupemef.com.br/revista/materia.php?id_tb_rev_revista_pk=838)