

Disciplina, ordem do dia

Com planejamento, é possível se organizar melhor para equilibrar o tempo entre a profissão e a vida pessoal



Christye Cantero

Não adianta, quanto mais o tempo passa, mais atividades as pessoas incorporam ao dia-a-dia. Na correria, muitas vezes não se consegue nem priorizar aquilo que é mais importante. Para ajudar na tarefa de organizar o tempo e ainda sobrar espaço para fazer atividades extra-profissionais, afinal ninguém é de ferro, a Universo Visual entrevistou o presidente da FranklinCovey no Brasil, Paulo Kretly, que fala sobre o que é a síndrome da urgência. Autor dos livros “Figura de Transição” e “Deixe um Legado”, Kretly é reconhecido pelas palestras sobre liderança, gestão e produtividade pessoal e interpessoal, e é especialista em gerenciamento do tempo. Confira a seguir a entrevista exclusiva que o executivo concedeu à revista.

“

É preciso ter o controle e investir de cinco a dez minutos por dia para estabelecer as prioridades do dia

Universo Visual: O que é a síndrome da urgência?

Paulo Kretly: Administradores, as pessoas no geral e especialmente os médicos, que trabalham muito, focam no que é urgente e acabam ficando escravos da demanda diária, sem conseguir se planejar para ter uma vida mais equilibrada, esquecendo de dar atenção ao que é realmente importante.

UV: Qual a diferença entre o que é urgente e o que é importante?

Kretly: Há grande diferença entre eles. A visão do negócio é a de que nem tudo que é urgente é importante. Se você está num lugar e toca o telefone, é urgente porque lhe chama a atenção, mas quando atende e é engano, ou alguém querendo falar sobre o final de semana, aquilo já o distraiu e o tirou a concentração. Para ajudar a distinguir isso, a FranklinCovey desenvolveu o que chamamos de Matriz do Tempo.

UV: Como funciona?

Kretly: São quatro quadrantes divididos ao meio. No primeiro estão as atividades urgentes e importantes. No caso de um oftalmologista, por exemplo, a pessoa sofreu um acidente e tem de tratar e resolver. O segundo quadrante é o que não é urgente, mas é importante. É nesse que mais devemos nos atentar: é o da prevenção. Aí é o principal ponto em que a medicina poderia dar o grande salto. Nesse quadrante está o planejamento do tempo, das atividades diárias, é onde se estreita os relacionamentos.

O terceiro é o das coisas urgentes, porém não importantes. Se determinada pessoa quer falar com você é preciso avaliar qual o assunto, se é sobre um projeto importante ou para conversar sobre amenidades. Há ainda as interrupções desnecessárias, como e-mails, há muita propaganda, por isso tem de ter a percepção