

## Sociedades S.A.: Carreira de sucesso depende de vida pessoal equilibrada

Spacca



Quem não quer ter um melhor ano que se inicia em relação aos anos que se foram?

Em nosso último artigo, [“Sem planejamento e ação, Ano Novo será como os outros”](#) (28/12), chamamos a atenção para cinco fundamentos que trabalhamos no *Coaching* de Carreira: objetivos, planejamento, ação, persistência e aferição de resultados.

O propósito é desenvolver o profissional e turbinar, por assim dizer, a sua carreira. E, ao fazê-lo, necessariamente desenvolvemos a pessoa como um todo, pois tocamos em muitos outros aspectos de sua vida.

Porque o Humano é um Ser complexo, multifacetado e por mais que o trabalho sistematizado e criterioso seja focado em dar musculatura às suas competências profissionais, ele (o Ser) não é divisível, tal qual uma laranja em gomos, fragmentável em partes.

Então, se estamos verdadeiramente falando de um profissional melhor, estamos também falando de um Ser Humano melhor.

Em outras palavras, terá possibilidade de uma carreira melhor aquele que desenvolver as suas competências profissionais concomitantemente com o desenvolvimento — ou minimamente com os cuidados — com os outros aspectos ou campos de sua vida.

Como diziam os nossos professores, “condição necessária!”.

### Objetivos

Lembre-se que objetivos é um dos cinco fundamentos que trabalhamos no *Coaching* de Carreira. É apenas dele que discorreremos neste artigo. E de maneira resumida, pois o tema, rico, poderia ser longo. Mas não será.

Quando falamos de objetivos, estamos falando de finalidade, do fim a que algo nos leva, ou nos move. De onde queremos chegar, do que almejamos.

Ensina-nos o *Houaiss* que objetivo é qualidade do objeto. Aqui, objeto no sentido do que idealizamos, do que vemos. A cadeira do presidente, o casamento com a mulher ou o homem pretendido, o filho planejado, o diploma necessário, a moradia cobiçada...

Ora, sendo idealizado, está apenas na ideia, no propósito, e se está na ideia precisamos torna-la realidade.

Isto dá trabalho. E trabalho tem etapas, pede método. E não basta ter objetivos — nesta seara, séria, querer não é poder; há que se planejar, agir, persistir e aferir os resultados (cinco fundamentos).

Pela leitura do preâmbulo que iniciou o artigo, você já deve estar deduzindo que não dá para falar de objetivos profissionais, sem abordar “os outros aspectos ou campos de sua vida” mencionados.

“Mas, que aspectos, quais campos?” Você pergunta, com pertinência.

Começemos por aquilo que lhe é mais exclusivo e individual e cuja gestão depende, por princípio, mais de você do que de qualquer outro: a sua saúde.

Uma carreira longa e produtiva costuma ser extenuante. Você precisará ser um “ser salutar” para bem percorrer este caminho. Estamos falando de:

— *Saúde física*; Este corpo que a natureza e a herança genética lhe deram.

— *Saúde psíquica*; As suas emoções, sentimentos, estrutura mental, consciência, o seu comportamento.

— *Saúde moral*; A sua ética, o seu *espírito*, por assim dizer, incluindo aí, se for o caso, a questão religiosa, tão importante para muitos.

Nunca estamos prontos nestes três campos da vida. Eles pedem gestão e revisão, quando não criação, de objetivos ao longo do tempo. E você já percebeu o quanto eles influenciam a sua carreira.

Anote: já temos três campos a gerir.

Agora, ampliemos a abordagem para os campos que transcendem, mas, lógico, não abandonam a sua individualidade. Ou seja, nós e os outros, nós e o mundo que nos cerca, que constitui as circunstâncias nas quais vivemos:

— *Família*; Normalmente, de uma viemos e a ela damos continuidade. Elemento básico de constituição da personalidade e da moral. A dinâmica familiar parece fluir corriqueiramente, correr em parâmetros mais ou menos preestabelecidos. “É como é”, ou como deveria ser, segundo os familiares, mas exige atenção, atuação e, portanto, gestão, pois influencia sobremaneira a saúde física e a saúde psíquica, com importantes reflexos na carreira e não só nela.

— *Sociedade*; Somos gregários por definição. Uns mais, outros menos, é verdade. Vivemos em meio aos outros e nos cabe fazer o bem viver. É certo que não depende só de nós, como indivíduos; há o outro. O colega, o amigo, o aluno, o professor, o chefe, o liderado, o patrão, o cliente, o fornecedor, o parceiro. Não podemos sonhar com o paraíso, mas podemos — e devemos — muito bem nos afastar do inferno, não tornando a vida um calvário. Vital gerir os relacionamentos.

— *Cultura*, leia-se também conhecimento; Nascemos analfabetos, sem nada saber ou entender. Apenas com o instinto de sugar o mamilo materno. Depois vamos sendo ensinados, educados, nos aculturando, num processo que só tem fim no dia da morte. Estamos sempre aprendendo, adquirindo conhecimentos, numa dinâmica impossível de esgotar. Em sendo inesgotável, é preciso ter critérios seletivos quanto à qualidade, à quantidade e à utilidade desta aquisição. Talvez não baste assistir ao Discovery, aos videozinhos da internet, ler esta ou aquela revista, conhecer 50 tons de cinza, saber o que o monge falou

para o executivo, frequentar apenas os treinamentos fornecidos pela empresa, assistir somente às aulas da universidade, ir àquele concerto gratuito no Ibirapuera. Questão básica: quantas horas anuais você tem como meta para adquirir conhecimentos (técnicos ou não), educação e cultura? Este número vem crescendo, diminuindo ou é fruto do acaso? Lembre-se que este campo refletirá em muito na sua obsolescência ou na sua modernidade profissional.

— *Trabalho*; Chegamos a ele. Aqui se aninha a carreira profissional. É tema para toda uma biblioteca, mas sejamos breves. Se o seu nome fosse Nasa e o seu objetivo chegar à Lua, em que ponto do caminho (carreira) você estaria? Reflita: onde você pretende chegar? Quais são os seus recursos (competências)? Como você tem lidado com os obstáculos — há dificuldades, certo? E mais: qual é o seu Plano B? Afinal, este “estágio do voo” pode não dar certo, não é mesmo? Convenhamos, sem uma eficiente (auto) gestão, vai ser difícil chegar lá.

— *Lazer e Ócio*; Sim e ufa, ninguém é de ferro! Trabalhar é importante e vital, mas homem não é máquina, precisa descansar e divertir-se. Porém, atenção, pois se por um lado o *workaholic* ou aquele sujeito que diz, todo orgulhoso, que “o trabalho para mim é tudo”, sejam vistos como desequilibrados, por outro lado o lazer e o ócio não podem correr o risco de virar obrigação, com agenda rígida, feito programação de evento corporativo. Há que se ter flexibilidade, inclinação à vontade momentânea, à diversidade de critérios. Ter um *hobby*, por exemplo, é bom. Experimentar o mundo à nossa volta, também e por objetivo, é melhor ainda.

Pronto. Minimamente, temos oito campos da vida que requerem gestão. Você pode argumentar que há mais, que há outros campos. Eu concordo e contra-argumento que depende de como vemos ou como equacionamos, modelamos a vida, e que também este artigo precisa terminar.

Recomendo e chamo a atenção para a criação de objetivos para estes campos da vida, geri-los e o quanto isto é importante para administrar uma carreira equilibrada, e para almejar uma vida bem vivida.

O professor Vicente Falconi, sabiamente, não cansa de nos lembrar de que ter objetivos, metas, é o ponto de partida de qualquer gestão. Inclusive, digo eu, a da sua vida e a da sua carreira — conjuntamente.

Se puder sugerir, inicie por estes campos sobre os quais falamos. E lembre-se que até pipa no ar precisa ter uma linha condutora. E boa linha, pois pipa desgarrada cai em qualquer lugar, e rápido.

### **Date Created**

25/01/2013