

FELICIDADE, TALENTO E
PRODUTIVIDADE



SÉRGIO ALMEIDA
Fundador do Seal Group

Get Out! O Sucesso da Liderança Vai Além do Escritório

Será que a cultura do trabalho excessivo e dedicação total à carreira, exaltada ao longo dos tempos, é o único caminho para alcançar o sucesso? Tem sido reforçada uma narrativa de que os líderes mais eficazes são aqueles que sacrificam as suas vidas pessoais em prol do trabalho, dormem poucas horas, estão sempre conectados e não têm tempo para estar com as suas famílias. É este realmente o único modelo de liderança eficaz ou é possível ser um(a) grande líder sem abdicar de uma vida pessoal e familiar plena?

O conceito de equilíbrio entre vida pessoal e profissional tem sido, frequentemente, visto como uma utopia, especialmente entre os líderes que definem as normas dentro das organizações. Muitos acreditam que conciliar responsabilidades familiares e uma carreira de alto nível é, na melhor das hipóteses, um ideal inalcançável, e na pior, um mito completo. No entanto, iniciativas como a do ThirdPath Institute, liderada por Jessica DeGroot, estão a desafiar esta perceção, propondo que é possível redefinir as práticas de liderança e encontrar tempo, tanto para o trabalho como para a vida pessoal.

Este movimento começou há cerca de 20 anos, quando um grupo de executivos decidiu que era hora de mudar a forma como conciliavam as suas vidas pessoais com as suas carreiras. Ao longo de anos de reuniões e partilhas de experiências, estes líderes pioneiros descobriram que, ao trabalhar de forma mais equilibrada e eficiente, poderiam não só melhorar as suas vidas pessoais, como também aumentar a produtividade das suas equipas. A partilha de estratégias e a adaptação contínua



Imagem: Emphasis

de práticas têm sido essenciais para o sucesso desta abordagem.

Um dos pilares desta transformação é o reconhecimento da importância de limites claros e de uma gestão eficaz do tempo. Estratégias como a criação de períodos de concentração sem interrupções e a gestão proativa de emails e reuniões permitem que os líderes se foquem nas suas prioridades. Estes líderes pioneiros também descobriram que tirar férias de forma planeada e deliberada pode ser revitalizante e, na verdade, aumentam a sua eficácia no trabalho.

De acordo com o estudo levado a cabo pela Eagle Hill Consulting a várias empresas, quase dois terços de todos os colaboradores (64%) concordaram: o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional é o fator mais importante para definir a satisfação profissional geral. Surpreendentemente, o

equilíbrio entre a vida pessoal e profissional ficou à frente da segurança no emprego (59%) e da remuneração (54%). Acima de tudo, os colaboradores indicaram que vão permanecer (ou sair) para equilibrar a vida profissional e a vida pessoal. O equilíbrio entre a vida pessoal e profissional foi considerado como a principal motivação, identificando o baixo equilíbrio entre a vida pessoal e profissional como o elemento número um que faria estes colaboradores deixarem a sua empresa atual, acima da remuneração.

Finalmente, alguns bons exemplos de liderança, demonstram como uma abordagem planeada e consciente para equilibrar trabalho e família pode ser bem-sucedida. Hoje é possível priorizar a família e a flexibilidade laboral, permitindo aos líderes uma carreira significativa sem abdicar da

sua vida pessoal. Este tipo de planeamento e clareza de prioridades são essenciais para manter o equilíbrio ao longo do tempo, os líderes precisam para isso, de aprender novas formas de trabalhar com as suas equipas e a redefinir as suas próprias crenças sobre o trabalho.

A ideia de que o sucesso no mundo dos negócios exige sacrifícios pessoais extremos está a ser desafiada por uma nova geração de líderes que estão a redefinir o que significa ser eficaz. Ao promover uma cultura de equilíbrio, estes líderes não só melhoraram as suas próprias vidas, como também criam um ambiente mais produtivo e saudável para todos à sua volta. Numa altura de grandes desafios para na gestão de pessoas e organizações a flexibilidade laboral e o *work-life* balance são bases fundamentais para o aumento da produtividade.

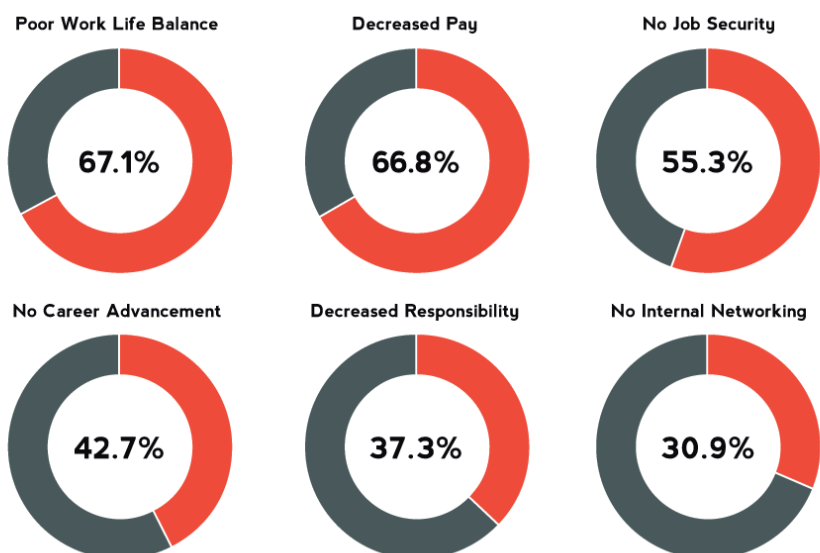


Imagem: Eagle Hill Consulting

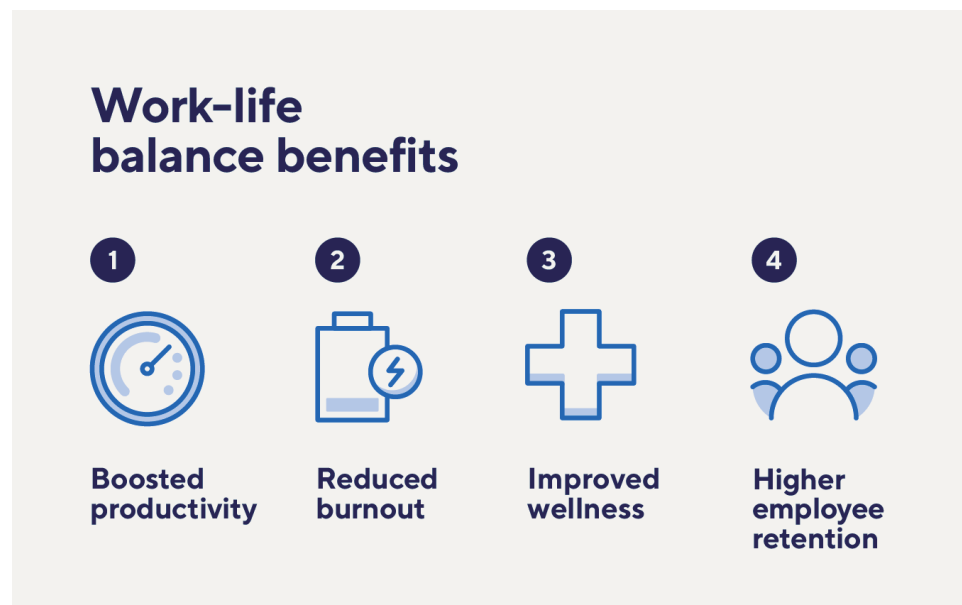


Imagem: smartsheet