

Management and Performance Associates – Junho 2010

Emoção ou Razão? O que determina o sucesso?

Quantos profissionais tecnicamente brilhantes e emocionalmente instáveis conhecemos que não conseguiram evoluir, como gostaríamos, em suas carreiras?

Quantos profissionais tecnicamente razoáveis e emocionalmente maduros conhecemos que foram além do que poderia sugerir sua competência técnica?

A capacidade de lidar com as próprias emoções é crítica para a construção de carreiras brilhantes e jornadas gratificantes de trabalho.

O que impede pessoas emocionalmente imaturas alcançarem resultados mais positivos em sua trajetória profissional? O que o gestor e colegas dessas pessoas podem fazer? O que elas mesmas podem e devem fazer por elas?

1. Auto-avaliação

Quem é muito crítico, costuma não ter tempo para a autocrítica. Pare de buscar defeitos nos outros ou dificuldade nas situações e pergunte-se até que ponto você não está contribuindo para a reação negativa dos demais ou ajudando a criar situações difíceis e pouco favoráveis ao seu trabalho e ao da equipe.

2. Abertura para feedback

Ainda que eu possa não concordar com a imagem que os outros têm a meu respeito, é essa a imagem que eles terão em mente ao tomar alguma decisão a meu respeito ou no momento em que estiverem interagindo comigo. Portanto, a abertura para receber feedback é um elemento de aproximação e construção de relações mais sólidas e maduras, pois o feedback nos dá a

oportunidade de nivelar as percepções em relação a imagem de gostaríamos de projetar e a imagem que as pessoas têm a nosso respeito.

3. Abertura para uma conversa franca

Uma conversa que não gira em torno da busca de culpados ou que não se resume a uma lista infundável de desculpas e defesas já é um excelente começo. Conversa franca significa escutar e posicionar-se, com uma agenda positiva, identificando as ações e reações que contribuem para uma relação adulta e saudável e o que precisa ser ajustado ou modificado para ter uma relação nesse patamar.

4. Estabelecimento de limites

Alguns profissionais, adultos evidentemente, fazem algumas crianças mimadas e birrentas parecerem anjinhos. Ao primeiro sinal de um comportamento não compatível com o ambiente de trabalho, com o nível de respeito e maturidade esperado, tome uma atitude. Se for seu funcionário, dê um feedback e lembre quais são suas expectativas em relação a essa pessoa, além de esclarecer quais são as consequências de um comportamento recorrente. Se for seu colega posicione-se de maneira firme, porém serena, demonstrando claramente que esse tipo de comportamento é inaceitável e que não colabora em nada.

5. Valorização e reforço da necessidade de ter um ambiente saudável de trabalho

É responsabilidade de cada pessoa da equipe contribuir e atuar com o claro

propósito de construir ambientes saudáveis de trabalho. Isso não significa que não haverá divergência, pensamentos e opiniões diferentes, mas os desacordos e eventuais conflitos devem ser lidados de frente e em uma plataforma de respeito mútuo.

6. Cuidado com os elementos estressantes

Sobrecarga de trabalho, trabalho desinteressante, ambiente pesado, falta de reconhecimento, falta de perspectiva e falta de respeito, são alguns exemplos de ingredientes estressantes que podem potencializar a dificuldade de algumas pessoas em lidar com as próprias emoções.

Voltando à questão inicial, emoção ou razão – o que determina o sucesso, a resposta é simples: ambas. Emoção e razão são como as faces diferentes de uma mesma moeda.

A relação entre razão e emoção é um problema antigo, geralmente resolvido colocando-se uma em oposição à outra. O significado dessa dicotomia na nossa civilização constitui um tema em si, mas seus efeitos trágicos estão por toda parte, na violência da emoção não atenuada pela razão e na esterilidade do intelecto não temperado pela emoção.
(James Hillman)

Este mês convidamos Fernando Pinto, Diretor de Recursos Humanos da ESPN Brasil, para compartilhar conosco suas melhores práticas conosco.

A combinação equilibrada entre emoção e razão é a equação perfeita para o sucesso. Na ESPN nós lidamos diariamente com ambas, uma vez que estamos diretamente conectados com um conteúdo em que a emoção prevalece – esporte, e a razão, que assegura que estamos sempre com um olho

nas nossas metas. Nosso desafio diário é saber como equilibrar a emoção do esporte – que nos traz ritmo e nos faz diferente – e manter a atenção necessária no planejamento.

Até a próxima. Seu feedback é bem-vindo.

Para conhecer mais sobre nossos treinamentos, visite nosso site: www.mapa-way.com ou escreva para nós: sergio.pereira@mapa-way.com ou sonia.dondice@mapa-way.com