

## **SEMANA CULTURAL - Aprenda a fazer o importante antes que ele se torne urgente**

### **Institucional**

Postado em: 01/11/2013

Se você tem a sensação de que seu dia deveria ter 30 horas ou mais e de que sempre está em débito de tempo com alguma área da sua vida - família, trabalho, amigos, estudo, organização da casa e consigo mesmo -, saiba que não é uma exceção. Foi esse o tema da palestra realizada no terceiro dia da Semana Cultural do Servidor, evento interno que marca o Dia do Funcionário Público no Ministério Público do Paraná.

Se você tem a sensação de que seu dia deveria ter 30 horas ou mais e de que sempre está em débito de tempo com alguma área da sua vida - família, trabalho, amigos, estudo, organização da casa e consigo mesmo -, saiba que não é uma exceção. Várias pesquisas nacionais e internacionais indicam que "a falta de tempo" para cumprir todos os afazeres e se divertir é uma reclamação recorrente.

Mas quem culpa o tempo por não conseguir levar adiante os seus projetos está, no mínimo, sendo injusto, na opinião do consultor organizacional Emílio Paiva, professor da disciplina de Administração do Tempo das pós-graduações do Centro Universitário FAE. Ele abordou o tema "A arte de administrar o próprio tempo", no terceiro dia da Semana Cultural do Servidor do MP-PR.

O especialista explica que há assuntos que são urgentes e importantes (situações de crise e com prazo). Outros são importantes, mas não são urgentes (planejamento, desenvolvimento de relacionamentos e identificação de novas oportunidades). Há também os que não são importantes, mas são urgentes (relatórios, e-mails, atividades populares) e aqueles que não são nem importantes nem urgentes (detalhes, pequenas tarefas, telefonemas inúteis). O desafio, conforme Paiva, é aprender a empregar mais tempo em coisas importantes, antes que elas se tornem urgentes. "Hoje a maioria das pessoas usa até 80% de seu tempo nos casos urgentes e importantes. E essas questões envolvem um alto grau de estresse. São situações que sufocam, que nos tornam gerentes de crises. O resultado é estresse e esgotamento. Por isso tem tanta gente tomando remédio hoje para esse tipo de problema", comenta o professor, acrescentando que as pessoas precisam aprender a dizer "não" para atividades que não são prioritárias, naquele momento. Mas o que é importante e urgente? A definição do que é urgente é simples, segundo o especialista: é o que tem prazo. Já o critério para estabelecer o que é importante pode variar. Isso vai depender do projeto de vida de cada um. "Importante é o que me ajuda a realizar um objetivo. Então, o importante depende do meu objetivo, do projeto de vida que eu tenho e que pode mudar dependendo do momento da vida."

#### Multidimensional

A vida é multidimensional, ou seja, envolve vários campos, como profissional, intelectual, emocional, espiritual, físico, o relacionamento familiar, o lazer, o relacionamento íntimo, o relacionamento social (sem falar em questões como afazeres domésticos). O problema é que muitas pessoas não percebem isso e aplicam a maior parte de seu tempo numa área específica, em geral o trabalho. "Fazem isso porque essa é uma área que elas dominam. Mas o lado profissional

precisa ser visto como apenas uma das facetas da vida. Ela não dá conta de todas as nossas necessidades." Para organizar melhor o dia, o professor diz que o fundamental é que as pessoas tenham um plano de utilização e controle do tempo, da forma mais eficiente e eficaz possível. Para isso, um projeto deve ser criado e atender às necessidades específicas de um indivíduo. Esse plano precisa ser flexível, de forma a ajustar-se a situações em constante mudança. "Até porque tempo, segundo a definição de Aristóteles, é a duração de uma mudança, de uma transformação, o que significa que tudo pode ser melhorado e pode sempre mudar. O grande objetivo é a gente se apoderar da nossa vida."

#### Depoimentos

O terceiro dia da Semana Cultural do Servidor começou com depoimentos de integrantes da MP-PR sobre a sua relação com a instituição. O primeiro a falar foi Claudemir Teixeira dos Santos, que está no órgão há 28 anos. Ele lembrou de quando entrou na instituição no antigo Grupo Financeiro e de todo o processo de desenvolvimento ocorrido desde então, não apenas na parte estrutural como funcional e principalmente em termos de imagem. Na sequência, falou a estagiária de pós-graduação Paola Sprea Carrijo, lotada na 1.ª Procuradoria Civil, que já havia atuado na instituição como estagiária de graduação. Finalizando os depoimentos, a promotora Fernanda Maria Campanha Motta Ribas falou sobre a sua trajetória na instituição.

#### Salsa

Uma apresentação de Salsa, feita pelos bailarinos Washinton Passos e Carina Trombim, ambos premiados e integrantes do Espaço Cultural Dance Sempre, causou sensação entre as pessoas que prestigiaram o evento, na manhã de quinta-feira. Com um figurino e desempenho impecáveis, os dançarinos fizeram dois números e deixaram os presentes com o desejo de ver outras apresentações.

Veja aqui para ver a apresentação em PowerPoint.

Assista aqui a gravação do terceiro dia da Semana Cultural do Servidor (depoimentos, apresentação de salsa e palestra sobre administração do tempo).

#### Programação 2013 - Confira a programação da Semana Cultural

A Semana Cultural do Servidor terminou nesta sexta-feira, 1º de novembro. O evento aconteceu em Curitiba, Londrina, Cascavel, Ponta Grossa e Guarapuava, com transmissão ao vivo da programação de Curitiba, via webcast, para todo o estado. Veja quais foram as atrações em cada cidade:

- Curitiba
- Cascavel
- Guarapuava
- Londrina
- Ponta Grossa

Veja a matéria sobre o primeiro dia do evento.

Veja a matéria sobre o segundo dia.