ARTIGO

Guia para tomar boas decisões na carreira

Paula Pedrosa*

Tomar decisões é uma parte essencial da vida corporativa, especialmente quando se trata de carreira. No entanto, a qualidade das decisões que fazemos pode ter um impacto profundo em nosso futuro. Escolher o melhor caminho profissional exige cautela, análise e tempo adequado. Decisões feitas em momentos de emoção extrema, como euforia, raiva, tristeza ou preocupação, tendem a ser precipitadas e mal fundamentadas. Para garantir que suas escolhas sejam acertadas, siga um roteiro prático passo a passo para tomar boas decisões de carreira:

1. Identifique o problema ou oportunidade

Antes de tomar qualquer decisão, é essencial compreender claramente a situação. O problema está bem definido? A oportunidade está realmente alinhada com seus objetivos de longo prazo? Dedique tempo para entender o que está em jogo. Isso ajuda a evitar decisões precipitadas ou movidas por impulsos momentâneos.

2. Reúna informações relevantes

Depois de definir o problema ou a oportunidade, busque o máximo de informações possíveis. Converse com colegas, leia artigos relevantes, busque insights sobre o mercado e a organização. Quanto mais dados você tiver, melhor será sua capacidade de avaliar os próximos passos.

3. Avalie suas emoções

Nem sempre estamos cientes de como nossas emoções podem influenciar uma decisão. Por isso, avalie o seu estado emocional. Está passando por uma fase de estresse? Euforia após uma promoção? Ou algum outro pico de emoção por questões pessoais? Momentos de forte emoção, seja ela positiva ou negativa, podem prejudicar a clareza do raciocínio. Espere até que você esteja calmo e em um estado mental mais neutro.

4. Liste as opções disponíveis

Para cada decisão, existem diferentes caminhos. Liste todas as opções possíveis, mesmo aquelas que inicialmente pareçam menos atrativas. Isso permite que você tenha uma visão mais ampla do cenário e evite a armadilha de decidir com base apenas em alternativas limitadas.

5. Pese os prós e contras

Para cada opção, avalie os prós e contras. Como essa escolha vai impactar sua vida pessoal? E sua vida profissional a longo prazo? Decisões de carreira, especialmente as grandes, como mudanças de emprego ou de área, devem ser feitas com uma visão clara dos possíveis impactos.

6. Busque uma segunda opinião

Antes de tomar uma decisão definitiva, converse com alguém de confiança – um mentor, um colega ou até mesmo um amigo próximo. Às vezes, uma perspectiva externa pode oferecer novos insights ou alertar sobre aspectos que você não havia considerado.

7. Reflexão e tempo

Sempre que possível, dê um tempo para refletir sobre a decisão. Em um ambiente corporativo, há momentos em que agir rapidamente é necessário, mas, se houver a oportunidade, deixe a decisão "descansar" por dois ou três dias. Isso ajuda a distanciar as emoções e permite que a decisão seja feita com mais clareza e objetividade.

8. Tome a decisão

Após seguir esses passos, é hora de agir. Lembre-se de que uma decisão só é efetiva quando acompanhada de ação. Além disso, uma vez tomada a decisão, confie no processo que você seguiu. Nem todas as decisões serão perfeitas, mas muitas vezes são as decisões que moldam o curso da nossa carreira.

9. Monitore os resultados

Depois de tomar uma decisão, monitore os efeitos. Isso não só ajudará a ajustar o curso caso necessário, mas também servirá como aprendizado para futuras decisões.

O melhor momento para decidir

O timing de uma decisão é tão importante quanto o processo em si. Não é sábio tomar decisões sob a influência de emoções extremas, pois elas podem distorcer nossa percepção da realidade. No mundo corporativo, decisões de carreira são cruciais e podem alterar rumos. Avalie o momento e não se apresse. Espere pela calma, pelo discernimento e pelo ambiente adequado para tomar decisões que realmente impulsionem sua carreira.

Boa semana!

Fiquem com Deus!

*é diretora-executiva da Paula Pedrosa Headhunter & HR Solutions - email: paula@paulapedrosa.com.br

ARTIGO

Um animal tornado deus

Bosco Jackmonth*

Num certo canto da África, o Homo sapiens era ainda um animal insignificante levando a vida como dava, nos andaimes do mundo. Mas, ao cabo dos milênios seguintes, ele se transformou, visto o horizonte de eventos, no dono de todo o planeta e no terror do ecossistema. Hoje, imagina-se, está preste a se tornar um deus, capaz de conquistar não só a juventude eterna como também capacidades divinas de criação e destruição, visto o poder determinante dos fatos.

No domínio dos sapiens na Terra, infelizmente até agora produziu pouco de que possamos nos orgulhar. Controlamos o meio a nosso redor, aumentamos a produção de alimentos, construímos cidades, estabelecemos impérios e criamos vastas redes de comércio. Mas será que a rigor reduzimos a quantidade de sofrimento no mudo? Diversas vezes, aumentos acentuados de poder humano não melhoraram substancialmente o bem-estar dos sapiens como indivíduos, causando em geral imenso sofrimento a outros animais.

Fizemos por fim algum progresso real no que condiz a condição humana da redução da fome, das pestes e da guerra. No entanto, a situação dos outros animais está se deteriorando mais rápido do que nunca, e as melhoras no padrão de vida da humanidade ainda são muitos recentes e frágeis para que estejamos certos delas.

Além do mais, apesar das coisas incríveis que os humanos são capazes de fazer, permanecemos inseguros quanto a nossos objetivos, dando a impressão de estarmos tão descontentes como sempre. Progredimos das canoas para as galeras, daí para os navios a vapor e para os ônibus espaciais – mas ninguém sabe para onde estamos indo. Somos mais poderosos do que nunca, porém temos pouquíssima ideia do que fazer com todo esse poder. Pior ainda, os humanos parecem mais irresponsáveis do que nunca. Deuses feitos por si próprios, tendo apenas as leis da física para nos fazer companhia, não prestamos contas a ninguém por nossos atos. Consequentemente, estamos devastando nossos amigos animais e ecossistema que nos cerca, buscando pouco mais que nosso próprio conforto e divertimento sem jamais encontrar satisfação. Existe alguma coisa mais perigosa que deuses insatisfeitos e irresponsáveis que não sabem o que querem?

Essa última indagação vem da parte de Yuval Noah Harari autor de Sapiens Uma Breve História da Humanidade, obra sobre a qual teceremos apanhados que valem a pena nos moldes que acompanham os rumos de publicações quitais, não fosse esta uma agência de advogados que nesta atividade se adjetiva como estação de escritos semanais, sempre não apenas inspirada nos Códigos, Constituição e algo das publicações do gênero. Então, comecemos. Assim, o planeta Terra tem cerca de 4,5 bilhões de anos. Numa fração ínfima desse tempo, uma espécie entre incontáveis outras o dominou: nós humanos. Somos os animais mais evoluídos e mais destrutivos que jamais viveram, os únicos que podem acreditar em coisas que existem em sua imaginação, como deuses, Estados e direitos humanos.

O fogo nos deu poder; a agricultura nos deixou famintos por mais; o dinheiro nos trouxe propósito; e a ciência nos tornou letais.

Sapiens é a obra-prima daquele citado professor israelense autor de outras publicações consagradas, além de notável mestre ph.D. em história pela Universidade de Oxford e professor na Universidade Hebraica de Jerusalém, valendo-lhe a reputação como um dos mais brilhantes intelectuais da atualidade.

Num feito surpreendente, que já fez deste livro um clássico contemporâneo, o historiador e mestre israelense aplica, de maneira acessível, uma fascinante narrativa histórica a todas as instâncias do percurso humano sobre a Terra, sobre a qual dispo-nos a discorrer em artigos sucessivos semanais, adotando-se o título de cada assunto, mas ligados todos a este básico.

Desde as nossas raízes evolutivas até a era do capitalismo e da engenharia genética, temos muito mais poder que nossos ancestrais, por outro não somos necessariamente mais felizes. Harari se vale de uma abordagem multidisciplinar ousada que preenche as lacunas entre história, biologia, filosofia e economia, e, com uma perspectiva macro e micro, analisa a páginas tantas não apenas os grandes acontecimentos, mas também as mudanças mais sutis notadas pelos indivíduos.

Traduzido para quase cinquentas idiomas Sapiens é leitura essencial para entender quem somos, de onde viemos e o que nos distingue das demais espécies.

*é advogado de empresas (OAB/AM 436). Contato:bosco@jackmonthadvogados.com.br

ARTIGO

A dieta do lixo

Éramos um povo naturalmente ético. E não sabíamos!

Carmen Novoa*

Na Roma dos Césares, contam os historiadores, havia noventa e cinco escravos para cada cinco homens que acreditavam ser livres. Se remetermos aos dias atuais essa assertiva, diríamos que os "césares" do 3º milênio mantêm não só noventa e cinco, mas uma infinidade de miseráveis por homem que acredita ser rico.

Estarrecedora a notícia da trágica morte por soterramento do menino que catava restos de comida numa lixeira de nossa cidade. Lembrei-me, de imediato, do "quadrupedum fere cibus" (comida quase de quadrúpedes), que Plínio denominava, a época de Cristo os pães de cevada, inferiores aos de trigo. Os pães de cevada foram alçados à imortalidade na Bíblia por terem sido coadjutores no milagre da multiplicação dos pães. No caso da lixeira e do menino, o alimento que buscava era não só de quadrúpede, mas também de vermes e de aves de rapina. Era babugem. Quanto a nós manauenses, somente nos revoltamos pelo ineditismo do fato, porque a morte dramática numa lixeira ainda não se tornou uma rotina. Sim, porque todos sabem dessa legião de famílias e suas crianças disputando com os animais restos e carniça. Mas essa visão passou a ser um hábito. Um perigoso hábito.

Como o daquela serraria localizada nas imediações do bairro de Educandos, exalando odor insuportável num grande raio de ação. Advindo o mau cheiro de uma espécie inferior de madeira que o vulgo chama de louro. As centenas de pessoas que moravam nos arredores cansaram de reclamar. A certeza da impunidade abrandou-lhes os ânimos. Acostumaram o olfato. Ao cheiro terrível do louro.

São oitocentos milhões de seres humanos sofrendo de fome na Terra, dizem os organismos competentes como a F.A.O cujo lema é Fiat Panis (faça-se o pão) e afirmam que o Planeta, nós amazonenses atualmente sofremos grande estiagem quilômetros de terra até chegar ao rio. Os peixes muitos morrem porque querem saída pelos rios e não podem fazê-lo, pode oferecer a cada um a ração necessária de alimentos. Os mais atingidos pela fome são os países em crise política e guerras. Os outros são países do terceiro mundo, cuja política friamente calculada faz escoar por outros canais os recursos públicos destinados à alimentação.

Como reflexão, é bom rememorar que o direito à alimentação é um dos princípios fundamentais da Declaração Universal dos Direitos do Homem (1948). Não basta eliminar os lixões! Não basta retirar as crianças do local. Não basta dar o peixe (protecionismo e paternalismo), mas ensinar a pescar e... indicar o acesso ao lugar da pesca (geração de empregos).

Na Manaus-do-eu-menina havia uma pobreza digna. As famílias tinham seus direitos humanos assegurados e uma vida social decente. Os mais abastados financeiramente (com raras exceções) não tinham aquela ânsia irrefreável de passar por cima dos outros, na trilha canibalesca do sucesso pessoal. Não possuíam como prioritário o ídolo do lucro, do poder, impulsionando mecanismos políticos e econômicos a originar a miserabilidade do povo. Havia respeito à dignidade do outro. Éramos um povo naturalmente ético. E não sabíamos!

E hoje, que tanto se fala em resgate da ética, recordamos que nossa infância não possuiu a infame dieta do lixo. Nossa dieta era a da solidariedade. Um homem valia pelo que era. Não pelo que tinha. O eu, sempre o eu, procurando a própria vantagem, criou miseráveis em série, pondo em questão o valor do progresso. Hoje, o valor espiritual é peso-morto. Em cifrões é medido o valor de cada um. Éramos éticos. Segue-se no agora a dieta do lixo.

*é Teóloga e membro da Academia Amazonense de Letras e da Academia Marial do Santuário de Aparecida-SP

ARTIGO

Não há proposta de governo sólida para o Meio Ambiente!

Jonas Gomes*

Faltando quatro dias para as eleições, nenhum dos sete candidatos à PMM (Prefeitura Municipal de Manaus) apresentou Proposta de Governo sólida para enfrentar os cinco principais problemas ambientais da cidade. Apesar da gravidade do tema, a maioria das propostas foi insuficiente, com apenas um candidato alcançando nota mediana.

No último artigo (https://tinyurl.com/yc4rw52w), iniciou-se a avaliação das propostas de governo dos candidatos à PMM, com foco em propostas para enfrentar os cinco principais problemas ambientais da cidade: o aumento da poluição dos igarapés e rios (78%), o acúmulo de lixo nas ruas (61%), arborização urbana insuficiente (49%), aumento da poluição do ar, incluindo mau cheiro (40%), e o aumento do congestionamento no trânsito (40%). A análise comparou as propostas com 40 quesitos, que representam as práticas adotadas pelos gestores das melhores cidades inteligentes e/ou sustentáveis do mundo, como Amsterdã, Cingapura, Nova Iorque, Londres dentre outras (da Silva JG, 2023; https://doi.org/10.7717/peerj-cs.1694).

Foi feita uma análise imparcial e objetiva, dando uma nota de 0 a 4 para as propostas dos candidatos que estivessem próximas a cada um dos 40 quesitos, onde 0 indica "Inexistente", 1 significa "Ruim, superficial ou sem credibilidade", 2 "Regular, sem capacidade de gerar grandes mudanças", 3 "Bom, com potencial de gerar mudanças significativas" e 4 representa "Excelente, com potencial de revolucionar positivamente a cidade". Depois, calculou-se a Pontuação Final (PF) pela soma dos de todos os pontos, classificando cada proposta de Governo em um dos três grupos: Grupo 1: Proposta Insuficiente com PF menor ou igual a 80 pontos (usando nota 2 x 40 quesitos). Plano de governo para o Meio Ambiente é praticamente inexistente ou ineficaz para gerar mudanças significativas na cidade de Manaus. Grupo 2: Proposta Mediana com PF entre 81 (2 x 40+1) e 120 pontos (3x40). Embora existam elementos que podem trazer melhorias, eles são insuficientes para promover transformações significativas a longo prazo. Grupo 3: Proposta de Governo sólida com PF entre 121 (3x40+1) e 160 pontos (4x40). Há ações robustas, detalhadas que demonstram grande potencial para revolucionar positivamente a cidade em termos ambientais.

Para a análise geral foram criados os seguintes indicadores: Número de páginas da proposta de Governo (NPPG), Número de páginas dedicadas com propostas para o Meio Ambiente (NPPMA), Número de quesitos sem nenhuma proposta feita pelo candidato (NQSNP), Número de quesitos com propostas consideradas "Ruins", superficiais ou sem credibilidade (NQPRu), Número de quesitos cujas propostas foram consideradas "Regular", sem capacidade de gerar grandes mudanças (NQPRe), Número de quesitos cujas propostas foram consideradas "Excelente", com potencial de revolucionar positivamente a cidade (NQPE), Pontuação Final (0 a 160 pontos) e Classificação da Proposta de Governo (Insuficiente, Mediana, Sólida).

Para cada Proposta de Governo baixada do TSE, foi gerada uma planilha com estatísticas, classificação e parecer técnico, disponível em (https://www.jgsilva.org/publications), opção "Avaliação dos Candidatos à PMM para o MA". Os Quesitos com notas 0 a 2 foram destacados em vermelho, para fins de melhorias.

E os resultados são desanimadores:

R1) Nenhuma Proposta de Governo atendeu a quase um terço (13;32,5%) dos Quesitos: Q2) Cada problema ambiental tem suas causas principais claramente diagnosticadas; Q4) O diagnóstico incluiu consultas públicas para captar as percepções da população; Q9) O programa propõe incentivos para reduzir o uso de embalagens plásticas; Q10) Há estímulos para adotar embalagens ecológicas, biodegradáveis; Q15) O programa menciona a implementação de lixeiras inteligentes; Q17) Há metas para aumentar o número de novas árvores na cidade; Q20) A proposta inclui investimentos para melhorar o viveiro municipal de Manaus; Q26) O programa promove o uso de veículos elétricos; Q27) Há incentivos para estimular projetos de biogás; Q28) Há propostas para estimular estudos que viabilizem a adoção de Hidrogênio Verde; Q33) Há incentivos para o trabalho remoto; Q39) Há estratégias para disseminar as boas práticas ambientais para a sociedade; Q40) Há plano para prestar contas periodicamente e celebrar os resultados com a população envolvida.

R2) Nenhuma Proposta de Governo Sólida! Maioria (86%) foi Insuficiente e apenas a Proposta do candidato Amom foi classificada como Mediana (81 pontos):

7º lugar) Gilberto Vasconcelos (16-PSTU): a pior! PF=8 pontos (5%), NPPG=15 páginas, NPPMA=0,3(2%) página dedicada ao MA, NQSNP=35 (88%) quesitos sem propostas, NQPRu=2(5%), NQPRe=3(8%), NQPB e NQPE=0; 6º lugar) Marcelo Ramos (13-PT): a segunda pior! PF=9 pontos (6%), NPPG=7 páginas, NPPME = 0,25 (3,4%) página dedicada ao ME, NQSNP=34 (85%) quesitos sem propostas, NQPRu e NQPRe=3(8%), NQPB e NQPE=0; 5º lugar) Wilker Barreto (33=Mobiliza): a terceira pior! PF=11 pontos (7%), NPPG=17 páginas, NPPME = 1 (6%) página dedicada ao ME, NQSNP=35 (88%) quesitos sem propostas, NQPRu=0, NQPRe=4(10%), NQPB=1(3%) e NQPE=0; 4º lugar) Roberto Cidade (44-União): a quarta pior! PF=16 pontos (10%), NPPG=7 páginas, NPPME = 0,5 (7,1%) página dedicada ao ME, NQSNP=32 (80%) quesitos sem propostas, NQPRu=1(3%), NQPRe=6(15%), NQPB=1(3%) e NQPE=0; 3º lugar) David Almeida (70-Avante): a quinta pior! PF=24 pontos (15%), NPPG=71 páginas, NPPME = 1 (1,4%) página dedicada ao ME; NQSNP=29 (73%) quesitos sem propostas, NQPRu=2(5%), NQPRe=5(13%), NQPB=4(10%) e NQPE=0; 2º lugar) Capitão Alberto Neto (22-PL): a sexta pior! PF=26 pontos (16%), NPPG=73 páginas, NPPME = 1 (1,4%) página para o ME, NQSNP=28 (70%) quesitos sem propostas, NQPRu=2(5%), NQPRe=6(15%), NQPB=4(10%) e NQPE=0.

1º lugar) Amom Mandel (23-Cidadania): proposta considerada Mediana com PF=81 pontos (51%). Apesar de estar no limite esquerdo da faixa Mediana e necessitar de melhorias, a proposta foi a única a apresentar conteúdo metodológico decente, embasado em Planejamento Estratégico e Gestão por Objetivos, incluindo alguns diagnósticos, objetivos e indicadores de desempenho. Destacou-se também por apresentar a equipe técnica com 35 profissionais, sendo 37% doutores, além de glossário e referências. NPPG=645 páginas, NPPME=84 (13%) páginas dedicadas ao ME, NQSNP=13 (33%) quesitos sem propostas, NQPRu=1(3%), NQPRe=6(15%), NQPB=12(30%) e NQPE=8(20%).

A análise revela a ausência de propostas sólidas para enfrentar os 5 principais problemas ambientais da cidade. O baixo desenvolvimento sustentável de Manaus, conforme o IDSC (https://tinyurl.com/mtux69ps), é resultado de deficiências históricas no planejamento urbano, na governança pública, na gestão de resíduos, na infraestrutura verde, nos incentivos sustentáveis e na participação pública. Baseado nos resultados, recomenda-se o voto em Amom, desde que ele aprimore sua proposta, incorporando os quesitos ausentes e melhorando os demais, a partir da diversificação de sua equipe técnica, incluindo profissionais experientes da Arquitetura, Engenharia e de outras áreas relevantes. Para eleições futuras, sugere-se que o TSE crie um modelo padronizado de Plano de Governo, exigindo diagnósticos claros, objetivos, metas e indicadores concretos, evitando a repetição de propostas superficiais ou ineficazes que não contribuem para tornar Manaus referência em desenvolvimento sustentável.

*é professor do dep. de engenharia de produção da FT/Ufam e pós-doutor pela Universidade de Manchester (RU). E-mail: jgsilva@ufam.edu.br / CV: http://lattes.cnpq.br/4264092409766582