

## AMBIENTE CORPORATIVO

Manias que o profissional deve evitar para não comprometer o desempenho no trabalho. Veja a compilação de erros elaborada pelo executivo Luciano Santos

# 10 hábitos que travam a CARREIRA

» ARTHUR VIEIRA\*

Todos sabem que trabalhar é necessário para a conquista de uma vida digna. Contudo, se já está difícil conseguir um emprego, mantê-lo pode ser ainda mais complicado, principalmente quando se trata da convivência no ambiente de trabalho, fator que sempre pode causar estresse e levar o indivíduo a adquirir hábitos que prejudiquem seu desenvolvimento profissional. De acordo com o mentor de carreiras Luciano Santos, também escritor e executivo de vendas do Facebook, são comportamentos, situações, decisões e conversas que, eventualmente, a grande maioria das pessoas enfrentará e que, por serem problemas desconhecidos, causam surpresa nos trabalhadores que, usualmente, não sabem como lidar com esses ocorridos que acabam “travando” carreiras.

Santos compilou os 10 hábitos mais corriqueiros que costumam dificultar a carreira de qualquer um, visando ajudar o profissional a ter um norte ao lidar com eles. Os piores hábitos enumerados pelo especialista são: mentir, brigar com a realidade, não saber dar feedback (resposta em tempo hábil), fechar portas, se importar com o ranço dos outros, trair a confiança, não considerar outras perspectivas, comparar-se, ter medo de ser julgado e, por fim, não tomar decisões (veja quadro).

A lista faz parte de um dos capítulos do livro *Seja egoísta com sua carreira - descubra como colocar você em primeiro lugar em sua jornada profissional e alcance seus objetivos pessoais*, de autoria de Santos, publicado recentemente pela Editora Gente. O autor conta que concebeu o livro no intuito de ensinar como gerenciar a carreira profissional. “O ambiente de trabalho é um lugar de sofrimento para muitas pessoas. Um dos motivos pelos quais elas não sabem se comportar é o fato de que nunca foram educadas para isso”, explica.

Santos defende a implementação do ensino sobre comportamento no ambiente de trabalho na grade curricular das universidades, pouco antes dos estágios obrigatórios, por meio de uma disciplina, projeto educacional interno ou de profissionais que não façam parte do corpo acadêmico.

Ele enfatiza, entre os comportamentos listados, que não saber dar e receber *feedback* é um dos que mais

Arquivo Pessoal



Luciano Santos é autor do livro *Seja egoísta com a sua carreira*

podem prejudicar a carreira de qualquer iniciante no emprego. E considera que o feedback é uma das ferramentas mais poderosas de crescimento na empresa: “Quando recebemos um feedback, a gente consegue vislumbrar as áreas em que precisamos melhorar, se desenvolver, ter um pouco mais de atenção”, afirma, completando que esse retorno é como um presente que o profissional dá ou recebe com o intuito de evoluir na carreira.

Ainda segundo Santos, há várias razões que levam as pessoas a não conseguirem lidar bem com os feedbacks. Ele alerta para o fato de que muitas corporações utilizam

## Para eliminar

Caminhos para escapar de situações que podem ocasionar estas



### MENTIR

No mundo corporativo, mentir é o caminho mais rápido para perder reputações. Seja para conseguir uma vaga, acrescer um profissional inexistente no currículo, seja no escritório para os chefes a fim de, por exemplo, justificar um atraso ou um erro cometido no trabalho. A mentira, fatalmente, será descoberta e decretar o fim de sua carreira na área. Não minta em uma entrevista e não minta no ambiente de trabalho. Apenas tem perna curta, como tem carreira curta.



### BRIGAR COM A REALIDADE

Mudanças na rotina da empresa não devem ser encaradas com resistência. Isto porque o ambiente externo costuma mudar e o indivíduo. Não é o mundo que tem que mudar; é o indivíduo que precisa se adaptar. Reorganizações acontecem quando menos se espera e os casos é preciso analisar a situação e decidir se vale a pena lutar ou se deve procurar outro. A opção é ficar analisando as circunstâncias e reclamando de forças que, na maioria das vezes, não pode controlar. Vejo isso como um desperdício de energia. Não brigue com a realidade, porque você sempre vai perder.



### NÃO SABER DAR E RECEBER FEEDBACK

Feedbacks são fundamentais em qualquer ambiente de trabalho. Eles fazem enxergar pontos cegos, mapear áreas em que precisamos melhorar. Entender como profissionais que estão ao nosso redor trabalham. Normalmente, as pessoas não gostam de dar e receber feedback por inúmeras razões, como receio de ser criticado, medo de não agradar ou mesmo por nunca terem sido treinadas para tal. É importante agradecer sempre quando receber feedback, enfatizando o interlocutor de se expor dessa forma. Não reaja negativamente e não faça cara feia. Se fizer isso, a probabilidade de a pessoa não voltar a falar com você é alta. Para dar feedbacks, tenha coragem para sair do lugar quentinho e começar a falar no começo, mas é necessário. Certamente, alguém vai falar com o próprio bem da pessoa.



### FECHAR PORTAS

Ao trocar de emprego, o profissional nunca deve esquecer o antigo colega de trabalho. O antigo colega de trabalho pode ser importante para passar suas referências para o novo empregador. Não é o fim do jogo, é apenas a continuação do jogo de uma forma diferente.



### IMPORTAR O RANÇO DOS OUTROS

Ao tecer críticas e emitir julgamentos sobre alguém, você está importando o ranço dos outros. Esta opinião está abalada pela experiência própria. Conforme o mentor de carreiras, não se importe com o ranço das pessoas ao nosso redor baseado na opinião do chefe é ruim. Será que é mesmo? Reflita antes de emitir uma opinião. Importar a implicância dos outros pode entortar o profissional. Parecem bem saudáveis e fazer com que as pessoas não trabalhem com bons profissionais.

esse recurso como uma arma, como algo para provocar. Outras porque sequer dão retorno ou não foram preparadas para isso. “Toda vez que você receber um feedback não é porque a pessoa não gosta de você, não é porque alguém está lhe atacando. É porque você vai pegar aquela informação, e isso vai te tornar um profissional melhor”, explica. Para evitar maiores transtornos, ele recomenda que o profissional busque entender o que está por trás desse processo, “para que ele não fique no escuro também”.

Outro hábito destacado por Santos é “brigar com a realidade”. Ele explica que esse hábito está ligado ao