



Marcelo Neri

Executivo do setor marítimo e portuário; especialista em agenciamento marítimo, portos, logística e afretamento marítimo; mentor executivo | palestrante internacional e autor do livro O tabuleiro da existência.

ARTIGO

Quando o cargo pesa: o que a ficção pode revelar sobre a saúde mental de quem lidera

Por que histórias inventadas ajudam a revelar verdades que executivos reais muitas vezes evitam encarar

Durante muitos anos, liderei operações complexas, tomei decisões sob pressão e vivi o que, para muitos, representa o ápice de uma carreira executiva. Ainda assim, em meio a resultados, metas e conquistas, havia uma pergunta silenciosa que insistia em permanecer: a que custo?

Não se trata de uma inquietação isolada. Um estudo recente da Harvard Business Review revelou que quase metade dos CEOs relata sentimentos de solidão e isolamento, e mais de 60% reconhecem impactos diretos na própria performance. Esses números ajudam a traduzir algo que, na prática, muitos líderes sentem, mas raramente verbalizam.

Foi justamente desse incômodo que nasceu meu romance, O tabuleiro da existência. Ao contrário do que pode parecer, a ficção não foi uma fuga da realidade, mas um caminho para acessá-la com mais profundidade. Ao criar Dante Valente, um executivo bem-sucedido que começa a questionar sua própria trajetória, encontrei uma forma de dar voz a conflitos que, no mundo corporativo, costumam ser abafados.

A ficção permite dizer o que a objetividade dos relatórios não alcança. Permite explorar emoções que, muitas vezes, são vistas como inadequadas no ambiente de liderança. Tristeza, dúvida, insegurança. Sentimentos que, quando ignorados, não desaparecem, apenas se acumulam e, com o tempo, cobram seu preço.

Um dos pontos que mais me chamou a atenção ao longo da minha trajetória foi a confusão frequente entre desempenho e identidade. Muitos líderes passam a medir seu valor pessoal exclusivamente pelos resultados que entregam. Quando isso acontece, qualquer oscilação deixa de ser apenas profissional e passa a ser existencial. O erro deixa de ser aprendizado e passa a ser ameaça.



No livro, represento essa dinâmica por meio de um tabuleiro simbólico, onde o personagem revisita suas memórias, padrões e decisões. Essa jornada não é apenas literária. Ela reflete um movimento que considero essencial na vida real: a capacidade de olhar para dentro com a mesma dedicação com que se olha para fora.

Liderar exige competência técnica, visão estratégica e resiliência. Mas exige também consciência emocional. Sem isso, o risco é alto: decisões reativas, relações desgastadas e uma sensação constante de vazio, mesmo diante de conquistas relevantes.

Outro aspecto que a ficção me permitiu explorar foi a dificuldade de lidar com emoções consideradas “improdutivas”. No ambiente corporativo, ainda existe uma expectativa implícita de controle absoluto. No entanto, negar sentimentos não os elimina. Pelo contrário, torna-os mais difíceis de compreender e gerir.

Ao longo da narrativa, procurei mostrar que essas emoções podem funcionar como sinais. Não de fraqueza, mas de desalinhamento. Quando um líder se permite escutá-las, abre espaço para ajustes

mais conscientes, tanto na forma de liderar quanto na forma de viver.

Também acredito que a liderança não pode mais ser vista como um papel único e rígido. Somos múltiplos. Carregamos dimensões profissionais, familiares, sociais e íntimas. Ignorar essa complexidade é um dos fatores que contribuem para o esgotamento. Integrá-la, por outro lado, é o que possibilita uma atuação mais sustentável.

A ficção, nesse sentido, cumpre um papel que vai além do entretenimento. Ela cria distância suficiente para que possamos

reconhecer sem resistência. Permite que enxerguemos nossas próprias contradições com menos julgamento e mais curiosidade.

Hoje, vejo que cuidar da saúde mental não é um luxo, tampouco um tema periférico na liderança. É uma condição para a clareza, para a consistência e, principalmente, para a permanência. O cargo pode pesar. Mas ignorar esse peso costuma custar muito mais.

Se a ficção tem alguma função nesse cenário, talvez seja a de nos lembrar que, por trás de todo líder, existe alguém que também precisa ser ouvido.