

**UNIVERSIDADE DE SOROCABA  
PRÓ-REITORIA DE GRADUAÇÃO  
GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS**

**MOTIVAÇÃO E PLANEJAMENTO**

Fernanda Lopes Morassi  
Juliana Matos Lopes  
Pamela Santos  
Wagner Antonio Garcia  
Zélia Moreira dos Santos

Sorocaba/SP  
2008

## **RESUMO**

Este trabalho apresentará as formas eficazes e eficientes de se planejar o dia a dia. Dicas de grandes autores que usam exemplos fáceis e de utilização comprovada dos métodos. Motivação e planejamento são palavras chave para este trabalho, planejar para manter a motivação em níveis altos, ou seja, planejar para não demostivar.

## **SUMÁRIO**

<b>1. Introdução</b>	<b>3</b>
<b>2. Motivação e Planejamento</b>	<b>3</b>
<b>3. Conclusão</b>	<b>6</b>
<b>Bibliografia</b>	<b>6</b>

## **1. Introdução**

O planejamento é a forma de se utilizar melhor o tempo. Planejar é estruturar o futuro, com bases sólidas no presente. Para a elaboração um planejamento é necessário ter-se um objetivo, que muitas vezes vem dos sonhos da pessoa, e que apenas torna-se realidade com uma boa estruturação de metas. Planejar como será o dia, quais tarefas devem ser executadas primeiro, quais tem mais importância para a realização do plano são fortes indicadores de se alcançar o sucesso em um planejamento

## **2. Motivação e Planejamento**

Como alcançar objetivos? Como ser uma pessoa eficiente e eficaz? Do que uma pessoa necessita para tornar-se o que ela quer ser? Estas são perguntas frequentes que as pessoas se fazem a todo o momento, perguntas muitas vezes não respondidas porque falta objetividade nos desejos, falta clareza de idéias, falta planejamento coerente para alcançar objetivos, falta o desejo ardente de realizar planos.

Para responder essas perguntas Tracy (2003, p.23) advoga que o conceito mais importante para realizar planos é a clareza deles, é o que faz com que algumas pessoas façam muito mais em menos tempo, é o fator determinante para diferenciar quem tem sucesso e quem busca sucesso, e não o consegue. A confusão de idéias e planos deixa a pessoa em um estado onde ela acredita estar fazendo muito, mas geralmente esse muito é irrelevante para que ela alcance seus objetivos. Comprovando assim a velha teoria popular, de que a pessoa que não sabe aonde quer chegar, chega sempre no lugar errado.

Uma boa ferramenta para se chegar aonde só os vitoriosos chegam, é colocar os objetivos no papel, decidir que rumos a pessoa seguirá, estabelecer metas, prazo para atingir essas metas, uma lista de tudo o que é necessário para chegar lá, essa lista deve estar organizada em forma de um plano estratégico, começar imediatamente agir sobre o plano, fazer todos os dias alguma coisa que leve a pessoa para a meta principal. A clareza vai evitar que o indivíduo realize tarefas muito bem feitas mas que não possuem relevância para os objetivos a alcançar.

Para Shinyashiki (1993, p.53), a verdadeira maneira de se alcançar o sucesso é a ação. A fantasia de se imaginar como é o topo, acaba por fazer o indivíduo protelar suas ações e deixar o sucesso cada dia mais distante.

O planejamento é uma grande ferramenta para que o futuro, que o indivíduo almeja, realmente chegue. Muitos abacaxis caem diariamente nas mãos de milhares de pessoas pelo mundo a fora, e que sem qualquer planejamento começam logo a descascá-lo, levando com isso a maximização do tempo para a realização da tarefa. Descascar um abacaxi exige planejamento para a escolha da melhor forma a se fazer, a forma mais rápida e eficiente. Muitas vezes dividir o abacaxi antes de descascá-lo é a melhor forma, o planejamento muitas vezes ajuda a aumentar a produtividade e o desempenho pessoal.

Rangel (2004, p. 105) conceitua que os homens podem aprender grandes lições com os gansos selvagens, lições de motivação que quando aplicadas com eficácia podem evitar a desmotivação dentro das organizações. Compartilhar uma direção em comum, e variar a liderança para que a mesma força seja mantida do começo ao fim da execução de uma tarefa. Estar junto àqueles que possuem o mesmo objetivo, dando e aceitando ajuda. Encorajar os indivíduos da equipe para que eles tenham força para continuar e se superar a cada momento. Poucas lições que se aplicadas com assiduidade, podem dar bom resultados.

O tempo é uma palavra chave para o sucesso, ou melhor, saber usá-lo é a chave. Uma regra interessante para se aproveitar melhor o tempo é a 80/20, que diz que apenas 20% das coisas que você faz têm relevância para a sua vida. Resistir à tentação de fazer o mais simples, porém menos importante, é algo extremamente eficaz. Faça uma revisão periódica de suas tarefas, atividade e projetos. Acompanhe o seu planejamento se realmente está dando certo, caso contrário é necessário começar tudo novamente.

Johnson (1998, p.88) advoga que o homem está em constante interação com o ambiente em que vive, modificando-o, e sendo modificado por ele. O que sugere que a vida não é estática e sim uma constante mutação. E para que essas mudanças se tornem positivas é preciso percebê-las e adaptá-las ao nosso cotidiano, ou seja, antecipar-se à mudança (desenvolver novos comportamentos que sejam adaptativos as novas regras), monitorar a mudança (desenvolver estratégias de enfrentamento), adaptar-se rapidamente a elas, apreciando as mudanças e principalmente estando preparado para mudar rapidamente muitas vezes.

A determinação para se atingir o sucesso é o fator determinante para alcançá-lo. O método ABCDE é uma poderosa ferramenta para atingir metas, esse método diz que o indivíduo deve classificar suas tarefas em A para as muito importante, B para tarefas importantes, mas que podem ser feitas depois, C algo agradável de se realizar, mas sem conseqüências futuras, D algo que outra pessoa pode fazer, sem grandes conseqüências, E é uma tarefa que pode se eliminar, sem nenhum ônus. Sendo que todas as forças devem ser colocadas na tarefa A que tem grandes relevâncias para os objetivos principais.

Focalizar as áreas onde os resultados são fundamentais pra o sucesso, colocar todas as energias físicas e mentais na realização delas. A área de resultados fundamentais do indivíduo mais fraca determina onde ele vai chegar, por isso agir sobre as fraquezas é fundamental, como supera-las ou ao menos minimizá-las. Para identificar os pontos fracos e fortes e suas necessidades de planejamento adequado e poder agir sobre eles, é preciso estar por alguns minutos em um ambiente tranquilo onde haja perturbação, e a partir dos resultados obtidos na análise interior é preciso compará-la com as opiniões de terceiros.

A lei da eficiência forçada pode ser útil para superar fraquezas, esta lei estabelece que “nunca a tempo de se fazer tudo, mas sempre a tempo de se fazer o mais importante”. Assim o indivíduo pode descascar todos os abacaxis que encontrar, ou apenas descascar o mais importante que terá um resultado igual ou maior do que todos os outros abacaxis descascados.

A preparação para a execução de uma tarefa é muito importante. Ter exatamente o que se precisa a mão é algo que evitará a protelação de tarefas. Assim a pessoa começa dando um passo de casa vez, executando a tarefa sem grande estresse físico ou emocional. Para se chegar ao sucesso o único caminho garantido, é fazer além das expectativas. Manter a mente em aprendizado contínuo, vivendo novas experiências, são formas de se chegar ao sucesso com a mente saudável. Para que isso aconteça o ambiente de trabalho deve estar sempre limpo e organizado, assim a produtividade e a confiança serão sempre positivas.

No gerenciamento do tempo uma palavra muito importante é “Não”, saber dizer não às coisas que não vão levar a pessoa a caminho nenhum, que não agreguem valor, que não tenham lugar no seu plano estratégico. Descascar abacaxis não é uma tarefa fácil, mais pode se tornar ainda mais difícil se a pessoa não souber como escolher os abacaxis corretos para descascar, passando a vida toda a descascar abacaxis irrelevantes.

Souza (2003, p.81) salienta que os sonhos são os primeiros passos para o planejamento estratégico da vida. Os sonhos são a base de toda grande empreitada que obteve sucesso. Sonhar é a parte mais importante e fácil, de todo o planejamento para uma carreira, empresa, ou realização pessoal bem sucedida. Transformar sonhos em projetos bem estruturados é o que define o sucesso ou o fracasso.

Para se chegar ao sucesso almejado, na maioria das vezes não basta seguir o ditado popular “deixa a vida me levar, vida leva eu”, pois assim a vida tanto pode levar a pessoa ao sucesso como o fracasso. O indivíduo é do tamanho de seus sonhos, mas apenas sonhar não basta, colocar em prática os sonhos é o que faz uma pessoa vencedora e outra não.

### **3. Conclusão**

Por fim o planejamento visto de varias formas por autores diferentes consiste em uma ferramenta para se chegar ao sucesso. Planejar o futuro pode parecer uma forma metódica de se viver, sem a emoção do desconhecido, sem as aventuras de se arriscar. Mas se visto dessa forma como algo rígido que não aceita alterações, ele perde a sua função. Planejar é ter um objetivo claro, e fazer todas as mudanças necessárias para se alcançar esse objetivo.

Quem planeja a vida executa melhor as suas tarefas, tem tempo para o cônjuge, para a família como um todo, para sair com os amigos. Planejar é uma forma de não se desmotivar, alcançar pequenos objetivos diariamente é uma forma de se manter motivado constantemente.

## **Bibliografia**

JOHNSON, J. **Quem me mexeu no meu queijo?**. 2° ed. São Paulo: Record, 2000.

RANGEL, A. **O que podemos aprender com os gansos selvagens**. São Paulo: Original, 2003.

SHINYASHIKI, ROBERTO. **Sem Medo de Vencer** . 24° ed. São Paulo: Gente, 1993.

SOUZA, CESAR. **Você é do tamanho de seus sonhos**. 1° ed. São Paulo: Gente, 2003

TRACY, B. **Descasque seu abacaxi: 21 segredos para você fazer muito mais em menos tempo**. São Paulo: Record, 2003.

