

## Entenda antes de mais nada

### Transcrição

[00:00] Imagine que em um belo dia um dos chefes do Rodrigo chegou para ele e falou “não dá mais para trabalhar assim”. O Rodrigo ficou com aquela cara de interrogação, pensando no que fazer com aquela informação.

[00:12] Quando pensamos nessa frase, pode ter duas opções. Ou você está despedido, ou vamos buscar outras alternativas para trabalharmos e melhorarmos nossa tarefa. É importante ter clareza do que está acontecendo, porque podemos ter algumas reações que nos arrependemos depois.

[00:35] Por exemplo, se o Rodrigo está mais sensível, ele pode falar “não é justo você falar isso para mim”, ou ficar calado, porque ele fica tão perplexo que fica sem reação. É importante entendermos antes de mais nada. Se alguém deu um feedback para você, tente se controlar, porque às vezes a resposta é automática e depois podemos nos arrepender. Uma coisa simples pode se tornar um problema.

[01:05] A dica para o Rodrigo é buscar entender antes de mais nada, antes de ter qualquer expressão ou verbalizar, justamente para ter mais consciência do que está acontecendo.

[01:18] Outra situação que aconteceu: o Rodrigo tem a equipe com cinco pessoas. A lógica dele é que se as pessoas se dão bem no trabalho, elas trabalham melhor. Então, ele gosta de ficar junto com o time dele justamente para ver se as pessoas estão mais próximas.

[01:35] Tem alguns pontos que o Rodrigo como líder não abre mão. Para ele, é fundamental entregar as coisas no prazo e ter o mínimo de erros. Se não tiver erros é melhor ainda. Isso faz muito sentido, mas a forma como ele conduz o time está gerando pressão nas pessoas. Ele age como se as pessoas fossem máquinas. E elas, com receio de perderem o emprego, se esforçam na medida do possível, se sacrificam fazendo várias horas de trabalho para entregar tudo bonitinho.

[02:14] Isso pode gerar vários conflitos. Se as pessoas ficam muito tempo no trabalho, não podemos nos esquecer que elas têm uma vida fora de lá. Seja na família, seja nos estudos. Quantas vezes já ouvimos que pessoa não puderam fazer algo porque estavam enroladas no trabalho? Isso não acontece só com o Rodrigo, mas é importante fazermos essa reflexão, porque esses conflitos podem causar cansaço, desmotivação e irritação.

[02:43] Já o Rodrigo segue outra lógica. Se a pessoa não trabalha muito, ela não é comprometida. E aí? Como lidar com isso? Certo dia o Rodrigo foi tomar café com um colega dele que também é líder de desenvolvedores, mas de outro time. Ele estava todo orgulhoso, dizendo que as tarefas são sempre entregues no dia, poucas coisas para corrigir. O colega dele respondeu que o time do Rodrigo parecia estar esgotado, que às vezes ele chega na empresa cedo e já tem gente trabalhando. Ele vai embora à tarde e ainda tem gente trabalhando. Parece que o time está trabalhando mais de 8h, e profissional esgotado não produz bem.

[03:45] Perceba que um café se transformou em um feedback. Isso ajudou o Rodrigo a entender o que estava acontecendo. Ele ficou perplexo, porque não tinha a mínima consciência de que estava fazendo isso. Ele achava que a pressão era um agente que poderia deixar os profissionais mais motivados, tinha boas intenções. Na cabeça do Rodrigo, ele achou que estava tudo bacana.

[04:20] Esse exemplo nos explica como podemos começar a enxergar nossos pontos cegos, identificar aqueles comportamentos que temos que muitas vezes não temos consciência que a equipe pode prejudicar outras pessoas, outras situações. Um café ajudou o Rodrigo a entender melhor os pontos cegos, o que ele precisa melhorar.

[04:44] Vale a pena lembrar que quando falamos de gatilhos da verdade não é fingir que está tudo bem quando você acha que não está. Às vezes, para evitar conflitos, alguém pergunta uma coisa e você não concorda, mas você diz que está tudo bem, para não gerar aquele conflito. Mas lembre-se que muitas vezes é importante se posicionar e reconhecer que as coisas são mais complicadas do que parecem.

[05:10] Nesse ponto, quero falar uma coisa. Não podemos supervalorizar os problemas, dar mais força do que eles merecem, mas também não podemos ignorá-los. Lembre-se, antes de tomar uma reação, tente refletir, entenda o que é, porque a partir dessa compreensão começamos a direcionar melhor nossas reações. Ao invés de ter uma reação intempestiva, respiramos fundo. Com a frieza começamos a entender o que está acontecendo para reagirmos melhor àquela situação. Isso vai contribuir para que possamos evoluir como pessoas e profissionais.