

Felicidade e bem-estar no trabalho



Conversei com um jovem aluno universitário que freqüenta um curso que descobriu, no trajeto, ser bem diferente do que imaginava. O rapaz penou bastante para entrar na universidade pública renomada nacionalmente. Estudou com dedicação por um ano, superou sozinho as falhas dos cursos fundamental e médio em escola pública, passou horas e horas em bibliotecas e enfrentou com coragem a frustração de ter de trocar tempo de lazer e diversão por estudo persistente.

Agora ele não consegue terminar o curso porque acha tudo muito chato na profissão que teria de assumir ao se diplomar e diz que não imagina qual trabalho poderia lhe dar prazer. Um outro jovem não consegue escolher um curso para prestar o vestibular porque, assim como o primeiro, insiste em procurar uma atividade profissional prazerosa.

Vamos convir: esses dois jovens, que representam com suas questões o dilema de muitos de seus pares, quando pensam em prazer identificam de pronto situações que lhes proporcionam tal sensação. Namorar, divertir-se com os amigos, usar o computador, jogar, dançar, ir a festas, dormir e coisas semelhantes são, sem dúvida nenhuma, experiências vividas como prazerosas. Agora, como colocar no mesmo patamar dessas vivências uma atividade profissional, um trabalho?

Aliás, será que não é um equívoco de uma parcela do mundo adulto o fato de identificar no trabalho a fonte principal de prazer e de felicidade? Que as organizações exijam cada vez mais dedicação de seus funcionários e coloquem isso na forma de satisfação dá para entender. Mas, por que as pessoas assumiram como obrigação a possibilidade de encontrar felicidade e bem-estar no trabalho? Não é preciso sofrer para trabalhar, ainda que haja situações sociais e econômicas ligadas ao trabalho que produzem sofrimento intenso e estresse. Mas prazer e diversão no trabalho?

Uma publicitária alemã, Judith Mair, publicou um livro ("Chega de Diversão") a respeito dessa questão. Em sua organização, ela não permite telefonemas pessoais e conversas que não tenham relação com o trabalho que durem mais de cinco minutos. Na entrada de sua agência, um cartaz avisa: "Aqui não há lugar para quem pensa que trabalho bom é aquele que dá prazer". Ao contrário do que muita gente pensa, ela quer contribuir para que a vida de seus funcionários melhore. Fora do trabalho.

A lógica das idéias e da prática dessa publicitária é bem interessante. Ela constatou que muito do tempo na empresa que deveria ser usado para o trabalho é gasto nas relações pessoais, na diversão, na criação de um clima de equipe. Isso leva as pessoas a ficar mais tempo no local de trabalho, restando, conseqüentemente, menos tempo e energia para a vida pessoal. Sendo mais rigorosa ao criar um clima profissional na organização, ela direciona melhor a energia e a concentração para as atividades do trabalho e consegue que seus funcionários saiam na hora e busquem, então, prazer e diversão nas relações familiares e pessoais. Ela quer delimitar, na verdade, a fronteira entre vida pessoal e vida profissional. Não é preciso estabelecer uma relação afetiva com o local de trabalho.

Que lições devemos dar aos mais jovens a respeito do trabalho? Que ele serve para garantir a sobrevivência, que deve ser realizado em um ambiente de respeito e que, ao exercê-lo, temos a possibilidade de reconhecimento social. A satisfação vem do fato de a pessoa sentir-se útil na sociedade. Em resumo: trabalho é apenas trabalho. Para escolher bem uma profissão, é preciso que o jovem se conheça. Assim, saberá distinguir as profissões que irão exigir mais ou menos esforço e empenho.

Ele precisa saber que seria capaz, caso necessário, de exercer atividades com as quais não tenha muita afinidade. Diversão, prazer, vínculo afetivo, clima de equipe e bem-estar? Isso se busca na vida pessoal. Com os integrantes da família, com os filhos, por exemplo.

ROSELY SAYÃO é psicóloga e autora de "Como Educar Meu Filho?" (ed. Publifolha)

@ - roselysayao@folhasp.com.br

(texto recebido de Lúcia pela lista Filosofia Espírita para crianças - www.edicoesgil.com.br)