

TOP 5

DO CONGRESSO INTERNACIONAL DA FELICIDADE

POR **LINCE**

HUMANIZAÇÃO
CORPORATIVA



Seja bem-vindo(a) ao nosso primeiro e-book!

Nós somos a Lince Humanização Corporativa, a primeira empresa do Brasil dedicada a humanizar as relações de trabalho. Nosso percurso ao longo de onze anos de atuação junto a empresas, seja selecionando talentos, desenvolvendo líderes e suas equipes ou implantando programas específicos de cultura organizacional, gestão de performance, etc, nos fez perceber e comprovar que *o que diferencia e destaca uma organização é uma gestão consciente e humanizada.*

Atuando em organizações de variados portes e segmentos, pudemos conviver com diferentes estilos de liderança e tipos de gestão, o que nos permitiu perceber claramente a importância da qualidade das relações humanas no ambiente de trabalho: a maneira de atuar e de se relacionar, que enxerga a pessoa além do cargo que ocupa, fortalece relações, cooperação e engajamento.

Não podemos ignorar que o engajamento é algo fortemente influenciado pelo ambiente. A empresa que considera isso cria estratégias mais inteligentes para lidar com a complexidade humana em sua gestão. Como resultado, o colaborador atua em sintonia com os valores e propósito da empresa, e juntos caminham na direção do objetivo comum. O que se verifica neste ambiente é a elevação de performance e, em consequência, de resultados.



Diretora Fernanda Carvalho e consultora Rebeca Mangaraviti representando a Lince no Congresso

E O QUE ISSO TERIA A VER COM FELICIDADE?, talvez você esteja se perguntando. Desde o primeiro Congresso Internacional de Felicidade, a LINCE tem comparecido ao evento por enxergar a felicidade como um componente importante a ser considerado, entendido e estimulado na gestão de pessoas. Uma organização que valoriza o bem estar, convivências e ambientes saudáveis, respeito, senso de pertencimento, satisfação, contribui decisivamente para a felicidade de seus colaboradores, o que reflete nos resultados.

Em 2019 aconteceu o IV Congresso Internacional de Felicidade, realizado em Curitiba nos dias 02 e 03 de novembro deste ano e dentre várias discussões atuais e interessantes, temas como as motivações humanas em meio ao cenário atual de transformações tecnológicas, adoecimento mental e desafios socioambientais. Fatores que, ao serem considerados pela gestão, remodelam a forma de atuação da empresa como um todo.

Este e-book trata de contar um pouco como foi o IV Congresso Internacional da Felicidade: nós o dividimos em 5 tópicos a partir das palestras que mais gostamos e nos apoiamos nos dados mais atuais a respeito do tema aplicado ao jeito de trabalhar e gerir da LINCE.

Tenha uma ótima leitura!

Equipe LINCE

#01

Cenário emocional do Brasil

#01.

Cenário emocional do Brasil

Dados extremamente assustadores chocaram todos os presentes. Os médicos psiquiatras Ana Beatriz Barbosa e Jairo Bouer juntamente com o médico cirurgião e filósofo Edmilson Fabbri discutiram sobre o cenário emocional do Brasil no painel “Saúde e bem-estar e a relação com ansiedade, depressão e stress”.

Somos o país mais ansioso do mundo e possuímos mais de 12 milhões de pessoas com depressão - o que nos dá o posto de o país mais depressivo da América Latina! Em resumo, os brasileiros não estão conseguindo ser felizes. Os dados são recentes, todos segundo a pesquisa divulgada pela Organização Mundial da Saúde em junho de 2019.

“Somos o país mais ansioso do mundo e o mais depressivo da América Latina

A saúde mental e emocional do brasileiro tornou-se uma séria questão de saúde pública. Sabe o que isso significa? Relacionamentos esburacados, pessoas com baixa energia e sem capacidade de enxergar e desenvolver seu próprio potencial, baixa eficiência, mão de obra desaproveitada e, por extensão, uma economia desnutrida. O cenário é preocupante e, em um sistema de retroalimentação cultural, crescem o medo de arriscar, o ceticismo coletivo e a desesperança. Inimigos mortais de uma economia forte, colaborativa e mais criativa.

A depressão atrapalha a enxergar significado na convivência e tira o gosto por dedicar-se a qualquer coisa. Trabalhar torna-se algo sem propósito. De fato, como comentado no painel, compreender (e exercitar) o nosso propósito é o caminho para a superação de desafios como a depressão.

Dentre as dicas e informações relevantes trazias pelos componentes do painel, das quais selecionamos:

- Estamos usando medicação de maneira exagerada. Os remédios podem acabar sendo uma grande armadilha ou mesmo contribuir para a continuidade da patologia;
- Ter um propósito é uma condição indispensável para superar a depressão;
- Felicidade é uma habilidade e que pode ser aprendida;
- O pensamento negativo é tóxico. Para viver melhor, é preciso cuidar dos pensamentos;
- Exercício físico intenso é um grande aliado contra o estresse e outros transtornos emocionais.

#01. *Cenário emocional do Brasil*

Uma gestão humanizada e consciente considera a performance do colaborador como resultado direto de sua condição mental e emocional. De fato, pesquisas apontam **“empresas que investem na saúde mental do colaborador possuem um ROI (retorno sobre o investimento) de até 400%, segundo investigado pela Organização Mundial da Saúde (OMS)”** .

Felizmente, tem aumentado o número cada vez maior de organizações que tem assumido papel ativo na preservação da saúde física e mental de seus colaboradores, implantando programas de conscientização, autodesenvolvimento, relaxamento, bem como estratégias de suporte variadas. O que se tem em consequência é um maior engajamento que reflete nos resultados.



Registro do evento

#02

Meditação

#02. Meditação

Ocorreram cerca de 18 palestras no Congresso, e percebemos algo em comum, abordado pela maioria dos palestrantes: a importância da meditação como prática de autocuidado.

Na palestra “A Neurociência da Felicidade - Mitos e Verdades” conduzida pela psicóloga e antropóloga Susan Andrews, foi apresentada a incorporação da meditação pelo mundo corporativo como uma estratégia de gestão para estimular o autocuidado, maior equilíbrio emocional e concentração. Embora ainda exista algum preconceito contra as práticas de meditação, inúmeros estudos têm comprovado seus benefícios para saúde de forma integral - tanto cognitiva quanto emocional. A meditação nada mais é do que uma *prática de autorregulação caracterizada pelo exercício de um conjunto de técnicas que treinam a focalização da atenção*.

Em um cenário intenso, como comentamos anteriormente, encarar o mundo de forma enrijecida causa tensão constante e a um dado momento o corpo se cansa de carregar certos fardos. Torna-se difícil então enfrentar qualquer desafio, abrindo caminho para a apatia ou agressividade. Inicia-se aí um processo de adoecimento.

Uma gestão que desconsidera isso, não enxergando a pessoa além do cargo e assim não percebendo seu estado de saúde, possivelmente vai gerar um ambiente de estresse, apatia e, em consequência pouco engajado e produtivo. A organização fica reduzida ao único objetivo de obtenção de lucro. Com isso, perde a chance de desenvolver-se e amadurecer no mercado.

Neste contexto, a meditação tem sido usada no mundo corporativo com muitos bons resultados, especialmente como meio de combate à ansiedade e suas consequências, contribuindo para a preservação da saúde do colaborador e melhoria do ambiente de trabalho.

Tivemos a oportunidade de comprovar os benefícios da prática de meditação no ambiente corporativo. No início deste ano implantamos o Projeto Lince Zen, em que toda a equipe se reúne com essa finalidade. Além de maior entrosamento entre a equipe e maior facilidade para lidar com situações adversas, verificamos um maior alinhamento com os valores da empresa.



Registro de um dos encontros do Lince Zen

#03

Pensar global,
agir local

#03. *Pensar global, agir local*

Estamos em uma era de mudanças simultâneas, rápidas e constantes. A tecnologia tem fascinado e facilitado acessos e conforto, impactando fortemente no mundo corporativo, inclusive transformado a forma de trabalhar. O aumento de startups em diversos segmentos comprova isso.

Através das palestras de James Marins, co-fundador do instituto Legado de Empreendedorismo Social, e de Marcelo Cardoso, ex-diretor da Natura e consultor da MetalIntegral, ouvimos que apesar do avanço tecnológico há espaço para o humano das formas mais criativas.

Há quem se amedronte diante da avalanche de inovação tecnológica, já que realmente tem ocorrido a otimização de trabalhos via substituição do colaborador pela inteligência artificial. Porém, o mundo está pedindo por outros tipos de transformação. Ainda há muito a ser feito diante da desigualdade social e desafios socioambientais. Como defende Kai-Fu Lee, autoridade em inteligência artificial que tem empresas como Apple, Microsoft e Google em seu currículo, a tecnologia serve para nos livrar de trabalhos rotineiros e nos lembrar daquilo que nos torna humanos.

Então, se o mundo pede por mais humanidade, como dá para contribuir com ele? As duas palestras nos fizeram enxergar o quanto a gestão humanizada tem a capacidade de transformar - de forma gradual - o que não é demérito. É importante, poderoso e estratégico ter um olhar macro a respeito do projeto ou empreendimento que se queira implementar.

É fonte de aprendizado saber o “como é feito” de outros países, aprender com experiências alheias, pois isso fortalece e aumenta a chance de êxito de um empreendimento local, seja voltado para causas sociais ou ambientais. No entanto, mesmo que as inspirações e tendências possam vir de situações globais, o agir será, sim, local. Porém não menos transformador.

#04

A empresa como
lugar para
ser humano

#04. *A empresa como lugar para ser humano*

Marcelo Cardoso, em sua palestra “Como tornar a sua empresa um lugar para Ser Humano” ressalta que desde o primórdio, com a era da revolução industrial, as empresas não foram preparadas para pessoas e sim para a produção. Ainda hoje, a maioria das grandes indústrias e empresas segue os primeiros modelos das teorias gerais da administração. Ou seja, o foco é a tarefa



Registro do evento

e em produzir em larga escala com o menor tempo possível. Assim, como reflexo deste posicionamento, os sistemas de gestão de pessoas foram e, ainda são, pautados na visão da pessoa como recurso. Após esta explanação, Marcelo destrinchou sobre um novo ponto de vista, que tem sido cada vez mais discutido, a partir de sua relevância e conteúdo: integrar consciência às organizações. O que ele quis dizer, e disse, foi: quando as empresas criam um contexto para que as pessoas encontrem significado no que estão fazendo, elas não querem outra coisa. *As pessoas, segundo ele, já não se conformam mais com qualquer “coisa” para sobreviver, elas querem encontrar significado, sentido, propósito no que estão fazendo, inclusive no seu local de trabalho e em seu emprego.*

Marcelo trouxe o dado de que o segundo principal motivo de afastamento do trabalho é devido a questões psicológicas, como *burnout*, depressão, ansiedade, entre outros, e nos faz o questionamento: “A empresa onde estamos nos dá espaço para sermos inteiros?”. Em outros termos, estamos sentindo que nosso potencial está sendo aproveitado, usufruído e visto? Alertou ainda sobre o quanto é prejudicial estar em uma empresa que não se conecta com aquilo que você acredita, ou seja, que fere o que lhe é sagrado - nossos valores.

Nos chamou a atenção seu questionamento sobre metas. Marcelo diz que os resultados das organizações não são seus - apenas fruto de metas individuais - e sim fruto de um esforço coletivo. Eis aí a importância da qualidade das relações humanas no ambiente de trabalho. O respeito é uma condição necessária para uma convivência organizacional enriquecedora e ele tende a florescer onde há espaço para o desenvolvimento de relações genuínas. O problema, como já aponta Roman, historiador da cultura e membro docente fundador da *The School of Life* de Londres, é que as organizações foram projetadas para promover eficiência apenas e não o respeito e a boa convivência. **A humanização corporativa então se revela como solução.**

#04. *A empresa como lugar para ser humano*

Se a empresa cria condições para seus colaboradores encontrarem perspectiva no que produzem, a gestão estará impactando em sua visão de mundo e o exercício de um propósito torna-se parte do trabalhar. Consegue perceber?

O resultado disso é o amadurecimento de toda a organização, algo que é perceptível para o mercado, transcendendo seus muros e impactando positivamente a sociedade.

Cada vez mais atentos à necessidade de as empresas amadurecerem sua gestão para as transformações positivas, a Lince desenvolveu seu próprio modelo de atuação apoiado na junção e intercessão de três tipos de inteligência humana que, para nós, é capaz de promover e aflorar o melhor de todas as pessoas que fazem parte de uma organização. São elas: a inteligência emocional, a inteligência social e a inteligência espiritual.

A conexão entre as três torna fácil investir com estratégia na humanidade que compõe cada colaborador da empresa, seja ele líder ou liderado: talento que é base de sua performance, o propósito que alimenta seu engajamento e torna sua entrega significativa e sua capacidade de construir um clima positivo. Quanto mais a empresa investe no seu autoconhecimento, mais expande sua atuação e agrega valor a todos os seus componentes: funcionário, processos, investidores, fornecedores, clientes e a sociedade. Isso significa que a empresa pode ser, sim, um dos lugares para ser humano sem comprometer seu faturamento.



Modelo Lince de Humanização Corporativa

#05

Se você tem
autoconhecimento,
ninguém vai
te ofender

#05. *Se você tem autoconhecimento, ninguém vai te ofender*

Por fim, gostaríamos de acrescentar uma reflexão, trazida pela Monja Coen em sua palestra “Felicidade e Espiritualidade: interdependência e impermanência”.

Não exija do outro aquilo que ele não tem e, portanto, não pode dar. Fernanda Gentil também disse que “se você quer tolerância também precisa aprender a tolerar”. Monja Coen traz a reflexão de que precisamos ser capazes de rir de nós mesmos, pois levar-se tão a sério pode fazer mal. Jorge Trevisol também acrescentou que estamos vivendo em uma época em que as pessoas estão se expressando muito mais e de forma acelerada. No entanto, nos chama a atenção para olharmos o lado positivo deste momento, fazendo dele uma oportunidade de transformação, dizendo “Quem não entra em crise não se transforma”. Flávio Passos foi um outro palestrante que também abordou sobre o assunto, ele disse que o autoconhecimento nos permite entrarmos em contato com nossas misérias e a partir disso, podemos nos transformar.

Os dizeres da Monja e dos demais palestrantes foram tão impactantes quanto profundos: se você tem autoconhecimento, conhece seus potenciais e suas limitações, ninguém irá te ofender, pois você sabe quem é. O autoconhecimento, em seus termos, é o encontro com nossa luz e sombra. Ou seja, reconhecer com franqueza nossas qualidades e assumir com humildade nossas dificuldades (sejam elas técnicas ou pessoais). Isso é o que nos permite chegar à felicidade, por ajudar a encarar as circunstâncias com sensatez sem faltar com a sensibilidade.

A humanização corporativa é basicamente um caminho conduzido pelo autoconhecimento. Flávio Passos, fundador da Puravida, empresa de alimentos orgânicos especiais, ressaltou o valor do autoconhecimento numa cultura onde não se ensina a lidar com as emoções e a criar formas inteligentes de conviver com o diferente, fazendo inclusive uma relação de autoconhecimento e saúde.

Flávio Passos nos lembra que não vivemos em uma cultura habituada a “olhar para dentro”. De fato, reconhecemos que o autoconhecimento ainda é um processo temido por muitos por envolver assumir certas dificuldades, falhas e arrependimentos. É compreensível que para uma empresa seja difícil adotar essa postura, afinal há uma equipe nos bastidores que se dedica e se esforça para que a entrega aconteça. Para a construção da cooperação e um engajamento genuíno, o autoconhecimento ainda é o caminho. Se individualmente podemos ser nossa fonte de aprendizado e crescimento, com uma organização não é diferente. Cabe à gestão perceber como tem conduzido os passos da empresa e a direta relação entre autoconhecimento de seu líder com o desenvolvimento de seu negócio.

***Gostaria de levar conteúdos
como esse para sua empresa?
Entre em contato conosco.***

Autores:

Denise da Costa

Fernanda Carvalho

Rebeca Mangaraviti

Thiago Barbosa

Edição gráfica:

Mateus Vita

LINCE

**Praça San Martin (Av. Reta da Penha), 84
Ed. Alphaville, salas 210 a 212
Praia do Canto, Vitória-ES**



27 3071-3533 | 27 99840-3618

contato@lincehumanizacao.com