

A SOLIDÃO DOS EXECUTIVOS

"Se queres ir depressa, vai sozinho. Se queres ir longe, vai acompanhado."
Provérbio africano



Maria João Martins

Managing partner
da MyChange

no trabalho que desenvolvo em amplos programas de transformação, encontro muitas vezes uma certa solidão nos executivos, líderes que enfrentam montanhas e mares tempestuosos, decisões cheias de sonho, risco e ambição, ou simplesmente difíceis de implementar.

À pergunta "Afim de contas o que é que lhe tira o sono?", tenho encontrado as mais diversas respostas, às vezes até o silêncio, porque os líderes começam por ter medo, de ter medo!

Liderar é por vezes ser solitário, o que não quer dizer ser sozinho, é estar na frente, à frente de quem os segue, é ter a visão orientadora e o propósito, é conseguir ver o fim do que se inicia, é viver tanto o processo como o destino, é caminhar em duas estradas ao mesmo tempo, a do curto e a do médio e longo prazo, ser tático e estratégia, racional e emocional, e tudo isso ao mesmo tempo. Num tempo onde tudo está ligado a tudo e onde o digital e as redes nos ajudam a estarmos cada vez mais conectados, porquê esta solidão?

Há momentos em que se está só. Em que a conversa é com cada um, fica muito difícil partilhar. Há sentimentos

sobre as situações que não se podem partilhar. Há informações sobre estruturas e planos de que não se pode falar. Há momentos de desalinhamento, ou de confidencialidade absoluta. Haverá momentos em que estão negadas as coisas de que se gosta.

O líder é um tradutor da estratégia. Interpreta, filtra e escolhe as suas palavras para conduzir os outros. A solidão ocasional é inerente à liderança, especialmente à medida que a influência dos líderes cresce. O importante é reconhecer e ter uma dinâmica para conseguir um equilíbrio ajustado às preferências de funcionamento e ser autêntico.

Um recente estudo da Harvard Business Review mostrou que 50% dos CEO americanos experimentam a solidão e mais de 60% acreditam que sentimentos de solidão afectam o seu desempenho. É surpreendente como presidentes, CEO e líderes empresariais, rodeados por tantas pessoas, muitas vezes lutam com a solidão. Algumas estratégias para mitigar os efeitos negativos:

- **Reconhecer.** As pessoas que estão no topo muitas vezes negam que se sentem solitárias. Ou porque sentem que não têm o direito de se sentirem sozinhas, ou porque admitir pode ser visto como um sinal de fraqueza. Mas ignorar e negar sentimentos de solidão só piora a situação. Reconhecer permite agir!
- **Ligar-se a um grupo de líderes.** Participar num grupo de pares pode reduzir o isolamento que o líder sente.

Escutar as experiências de pares desenvolve a oportunidade de partilhar as suas próprias experiências.

• **Participar num mastermind empresarial, fazer networking.** A conexão com outros profissionais fora da sua organização deve ser uma prioridade. Uma das chaves está em relacionar-se com fóruns que trazem novas visões e perspectivas e desenvolvem o sentimento de rede de apoio. Permite também desenvolver amizades pessoais.

• **Procurar conselheiros pessoais.** Podem ser colegas de confiança, amigos de infância, hierarquias passadas, mentores ou até mesmo alguns dos membros da empresa. A parte importante é poder estar sem a "máscara da liderança" e haver caminho livre para confiar.

• **Procurar um coach.** Há uma boa correlação entre bons desempenhos de liderança e a existência de uma relação com um coach ou counsellor. Escutam activamente e ajudam os líderes a ouvir as suas próprias preocupações, a identificar objectivos e a estabelecer o melhor caminho a seguir.

• **Manter em equilíbrio a energia dos diferentes papéis.** Finalmente, convém não negar o que se é para além do papel de executivo, na família, com os amigos, na comunidade e consigo mesmo, dando expressão aos outros mundos que habitam em si, ao encanto do chamado "lado B" que afinal fará do líder uma pessoa mais rica, a viajar acompanhada e com mais mundo! ■