

*Tom Coelho\**

Sugestões para organização e disciplina que podem elevar sua produtividade pessoal

“Com organização e tempo, acha-se o segredo de fazer tudo, e fazer bem-feito.”(Pitágoras)

Em Administração, utilizamos um expediente importado lá do Oriente, mais precisamente do Japão pós-guerra, chamado de “5S”. Este nome provém de cinco palavras japonesas iniciadas pela letra “s”: Seiri, Seiton, Seisou, Seiketsu e Shitsuke.

Os cinco sentidos constituem um sistema fundamental para harmonizar os subsistemas produtivo-pessoal-comportamental, constituindo-se na base para uma rotina diária eficiente.

Praticar os 5S significa:

- Seiri (senso de utilização): separar as coisas necessárias das desnecessárias;
- Seiton (senso de organização): ordenar e identificar as coisas, facilitando encontrá-las quando desejado;
- Seisou (senso de zelo): criar e manter um ambiente físico agradável;
- Seiketsu (senso de higiene): cuidar da saúde física, mental e emocional de forma preventiva;

•Shitsuke (senso de disciplina): manter os resultados obtidos através da repetição e da prática.

A aplicação dos 5S em uma empresa, em especial do setor industrial, deve ser efetuada com critérios, inclusive com supervisão técnica dependendo do porte da companhia. Mas meu convite, neste instante, é para você praticar os 5S em sua vida pessoal.

Aplice Seiri em sua casa e em seu escritório. Nos armários, nas gavetas, nas escrivaninhas. Tenha o senso de utilização presente em sua mente. Se lhe ocorrer a frase: “Acho que um dia vou precisar disto...”, descarte o objeto em questão, pois você não o utilizará. Pode ser uma roupa que ganhou de presente ou comprou por impulso e nunca a vestiu, por não lhe agradar o suficiente, mas que acalentrará o frio de uma pessoa carente. Podem ser livros antigos, hoje hospedeiros do pó, que contribuirão com a educação de uma criança ou um jovem universitário. Seja seletivo. Elimine papéis que apenas ocupam espaço em seus arquivos, incluindo revistas e jornais que você acredita estar colecionando. Organize sua geladeira e sua despensa – você ficará impressionado com o número de itens com prazo de validade expirado.

Na próxima fase, passe ao Seiton. Separe itens por categorias, enumerando-os e etiquetando-os quando adequado. Agrupe suas roupas obedecendo a um critério pertinente a você, como por exemplo, dividir vestimentas para uso no lar, daquelas destinadas para trabalhar, de outras utilizadas para sair a lazer. Organize seus livros por gênero (romance, ficção, técnico etc.) e em ordem de relevância e interesse na leitura. Separe seus documentos pessoais e profissionais em pastas, uma para cada assunto (água, luz, telefone...). Estes procedimentos lhe revelarão o que você tem e atuarão como “economizadores de tempo” quando da busca por um objeto ou informação.

Com o Seisou, você estará promovendo a harmonia em seu ambiente. Mais do que a limpeza, talvez seja o momento para efetuar pequenas mudanças de layout: alterar a posição de alguns móveis, colocar um xaxim na parede, melhorar a iluminação.

Agora, basta aplicar os últimos dois sentidos já mencionados, o Seiketsu, que corresponde aos cuidados com seu corpo (sono reparador, alimentação balanceada e exercícios físicos), sua mente (equilíbrio entre trabalho, família e lazer) e seu espírito (cultive a fé) e o Shitsuke, tão simples quanto fundamental, e que significa controlar e manter as conquistas realizadas.

Faça isso e eu desafio você a encontrar a harmonia e a produtividade em seu lar e em sua vida pessoal!

\*Tom Coelho - <http://www.tomcoelho.com>

Fonte: [www.administradores.com.br](http://www.administradores.com.br)