

## 2. Qualidade de Vida

Buscar o equilíbrio entre vida profissional e pessoal é essencial, e as empresas podem contribuir com isso através de benefícios como:

- avaliação médica periódica e/ou convênio médico;
- academia interna ou pagamento de mensalidades de academia;
- bicicletário no escritório;
- flexibilização da licença maternidade/paternidade.

Outro ponto que pode impactar diretamente a qualidade de vida e bem-estar das pessoas é escutá-las. Parece simples, certo? Mas nem sempre acontece.

Por exemplo, o GPTW menciona a situação de uma empresa que estava criando um clube de benefícios para seus colaboradores. Inicialmente, a ideia era fazer um plano de previdência privada. Porém, ao consultar as pessoas colaboradoras (escutar as pessoas), descobriram que um bicicletário seria muito proveitoso para a maioria delas. Viu só? Por isso é importante construir as soluções com base nos pro-ble-mas!

Por falar em escutar, sabemos que existe uma responsabilidade social diante de todos nós. Muitas empresas fazem trabalhos incríveis em prol das pessoas e famílias que necessitam, e muitas das vezes envolvem pessoas colaboradoras nas ações. Isso é importante para você? Se sim, esse deve ser um critério no momento de decidir se candidatar ou aceitar uma oportunidade de trabalho.

Mas por que esses pontos são importantes? Se você gosta da empresa e se sente feliz no ambiente de trabalho, certamente irá dedicar mais tempo e empenho a ele. A determinação de acordar cedo segunda de manhã e ir trabalhar não será um sacrifício, e logo se notará um aumento significativo da produtividade. Ou seja: isso é bom para você e também para a empresa em que escolher trabalhar.

Então, ao se candidatar para uma vaga, reflita (e pesquise!):

- Como é o ambiente de trabalho?
- A empresa apoia/possui práticas que valorizam o meu bem-estar?
- A empresa tem ações de responsabilidade social? Esse é um fator importante para mim?

Dê seu feedback

