

## Jogo da Alquimia Empresarial

# A espiritualidade nas empresas



Nos anos de experiência em consultoria de comunicação interna, Sofia Costa Quintas deparou-se com um problema: a dificuldade de trabalhar em equipa e de motivar as pessoas; em suma, a falta de liderança. Foi a partir daí que surgiu uma solução original, o Jogo da Alquimia Empresarial, que alia conhecimentos da realidade empresarial à importância da espiritualidade na vida de cada indivíduo, entendida como a descoberta do eu interior. Uma ferramenta original de motivação das chefias e de fomento do trabalho em equipa.

POR TERESA VIOLANTE

**A** ideia de passar um dia e meio numa acção de motivação para o trabalho em equipa na qual os colegas se sentam no chão e reflectem, com recurso a cartas de 'tarot', sobre a sua actuação e características pessoais, não é vulgar. Mas é a proposta de Sofia Costa Quintas, directora da Uzina da Comunicação e criadora do Jogo da Alquimia Empresarial, para motivar chefias e aumentar a produtividade. Fruto da experiência profissional de mais de dez anos enquanto consultora de comunicação interna e do interesse pelo 'tarot' na vertente do autoconhecimento, o Jogo da Alquimia Empresarial é uma resposta original para um mal que afecta muitas empresas: a falta de motivação e a dificuldade para trabalhar em equipa. «Tenho passado por inúmeras empresas, desde serviços, hotelaria, indústria e função pública e o problema é sempre o mesmo, tem a ver com a dificuldade de as pessoas trabalharem em equipa, e isso prende-se com a liderança. Quando falo em liderança falo em chefias que conseguem mobilizar as pessoas para concretizarem os objectivos a que se propõem», explica Sofia Costa Quintas. A questão coloca-se sobretudo ao nível das chefias intermédias, que «bloqueiam, de certa forma, o fluxo de comunicação e interacção entre ►►





►► os vários tipos de processos». Quando isso acontece, os elementos de equipa tendem a esmorecer, sentindo desinteresse em relação ao trabalho. «Não há enquadramento do seu trabalho, não há objectivos; as pessoas não sabem qual o seu desempenho, o que é desmotivante». Isso prejudica também o trabalho em equipa, pois as pessoas tendem a «isolar-se», prejudicando a produtividade da empresa. Para resolver a situação, Sofia Costa Quintas transformou as cartas de 'tarot' num instrumento para a definição de um plano de comunicação interno feito à medida de cada uma das chefias em causa. Construído pelos próprios, dá resposta às necessidades e apela à criatividade, com facilidade de passagem à prática. E sem imposição por parte de ninguém, a vontade de concretizar esse plano de comunicação é maior e mais vencedora.

**Como se joga**

A sessão do Jogo da Alquimia Empresarial começa com uma meditação e cada um dos participan-

tes toma nota, num papel, das suas características em termos de QI (Coeficiente de Inteligência), QE (Coeficiente Emocional) e QEs (Coeficiente Espiritual); são as três vertentes do jogo, cada uma com sete variáveis relacionadas com a realidade empresarial. Por exemplo, no QI surgem variáveis como o pensamento racional e lógico e

**O jogo começa com uma meditação, e cada um dos participantes toma nota, num papel, das suas características em termos de QI (Coeficiente de Inteligência), QE (Coeficiente Emocional) e QEs (Coeficiente Espiritual).**

a procura do conhecimento; no QE, a capacidade de lidar com os outros, de comunicar objectivos, e a consciência dos nossos sentimentos e dos dos outros; e no QEs a capacidade de sonhar, de transformar problemas em oportunidades e a obsessão pelo desafio.

«Cada um tem um tabuleiro [do jogo], está a tra-

balhar no chão, descontraído, e vai colocando as cartas por cada uma destas variáveis. Não é importante que as pessoas acreditem ou não no 'tarot', o que importa é que as imagens que estão contidas nestas cartas se baseiam em arquétipos que têm a ver com todo o potencial do ser humano em termos de personalidade. A pessoa ao virar a carta de certeza que vai ter alguma intuição», explica a autora do jogo. E é essa a ideia central: os jogadores, através das cartas de 'tarot', auto-conhecerem-se. «Aquele imagem vai ajudar a reflectir sobre a própria existência em relação àquele ponto em particular, independentemente de acreditar ou não. Qualquer pessoa pode tirar um ensinamento entre a carta e a variável e, como são várias variáveis, a pessoa vai fazer o círculo todo e interiorizar quais são as suas competências, os seus bloqueios e quais são os seus pontos fortes.» Uma breve explicação sobre cada carta acompanha esta fase, para que o participante interprete os desígnios do 'tarot'. «Se na capacidade de sonhar, uma vertente do QEs, sai a carta do imperador, se calhar a ►►

# Profissionais do Emprego

- TRABALHO TEMPORÁRIO
- RECRUTAMENTO E SELECÇÃO
- OUTSOURCING

[www.synergie.pt](http://www.synergie.pt)



Alvará n.º 265



**SEDE**  
E: [sede@synergie.pt](mailto:sede@synergie.pt)

**AVEIRO**  
E: [aveiro@synergie.pt](mailto:aveiro@synergie.pt)

**OVAR**  
E: [ovar@synergie.pt](mailto:ovar@synergie.pt)

**PORTO**  
E: [porto@synergie.pt](mailto:porto@synergie.pt)

**SÃO JOÃO da MADEIRA**  
E: [sjmadeira@synergie.pt](mailto:sjmadeira@synergie.pt)

**SETÚBAL**  
E: [setubal@synergie.pt](mailto:setubal@synergie.pt)

**LISBOA**  
E: [lisboa@synergie.pt](mailto:lisboa@synergie.pt)

**VILA FRANCA de XIRA**  
E: [vfira@synergie.pt](mailto:vfira@synergie.pt)

**VILA REAL**  
E: [vilareal@synergie.pt](mailto:vilareal@synergie.pt)



▶▶ pessoa é muito rígida, está muito preocupada com a parte objectiva», interpreta a consultora, a título de exemplo. «À medida que a pessoa vai fazendo estes apontamentos, percebe dentro de si as coisas que tem de trabalhar em termos de liderança.»

Terminada esta fase de auto-reflexão, os vários participantes partilham entre si as conclusões a que chegaram, o que «ajuda a consolidar o espírito de equipa porque as pessoas começam a conhecer os pontos fortes e fracos umas das outras e começa também a haver um melhor entendimento». Entretanto, enquanto o jogo decorre, a consultora vai tirando notas e apontando aspectos que cada participante deve desenvolver. Depois, cada um fica a conhecer, em cada área, o que tem de desenvolver, atirando um dado sobre cartolinas onde estão escritos vários conselhos. Segue-se uma fase de exercícios, de vários tipos: meditação, música, transmissão naquele momento de objectivos como se as outras pessoas fossem colaboradores ou pegar nas cartas e contar uma história mobilizando as pessoas para a seguirem. «Crio situações que obrigam a agir», explica Sofia Costa Quintas. No segundo dia, os participantes elaboram um plano de acção e «há uma meditação em que assumem fazer aquilo no dia-a-dia». Resultado: «um plano de comunicação interna, assumido pelas pessoas, construído pelas chefias e assumido inteiramente por elas». Algumas empresas pedem o acompanhamento no terreno das acções assumidas e que vão sendo implementadas. ▶▶

## Leitura das cartas

O «Tarot Empresarial» não revela o futuro, mas expressa um caminho de evolução pessoal com reflexos na postura e na actuação profissional. Dissociadas de perspectivas astrológicas e cartomantes, a Papisa, a Carroça, a Roda Fortuna e tantas outras cartas têm, no Jogo da Alquimia Empresarial, um significado próprio, sugerindo novas actuações profissionais. Ficam alguns exemplos que não passam de linhas mestras de reflexão que variam de pessoa para pessoa. Cabe a cada «jogador» analisar os seus traços de personalidade e as suas atitudes profissionais e interpretar o que as cartas querem dizer.

**O Louco** – Carta de potencialidades; tanto pode chegar a bom porto como naufragar.

**A Papisa** – Recomenda observação e atenção; é melhor tentar compreender a sua situação e não actuar de forma precipitada. Pode ser necessário explorar novas esferas da sua sensibilidade. Como líder, pode não estar a mostrar

aquilo que verdadeiramente é.

**A Imperatriz** – Aconselha intercâmbios entre as pessoas. Deve confiar em si e nas suas ideias sem receio de expressar-se. Revela uma pessoa com grande poder de comunicação e de bom coração, leal e dedicada.

**O Imperador** – Revela uma personalidade sólida; pode julgar-se superior aos outros e não aceitar críticas ou sugestões. Está capaz de fortalecer posições e exercer acções, e de comandar grupos de trabalho.

**O Papa** – Acomodação; pode estar numa posição confortável, mas se não aplicar os conhecimentos adquiridos pode desmotivar-se. Indicia um bom comunicador e um bom conselheiro.

**O Amoroso** – Expressa uma personalidade inquieta e nem sempre estável ou coerente. Não deve racionalizar tanto as coisas.

**O Carro** – Capacidade de estabelecer metas, força de vontade e visão de futuro. Deve cumprir o que diz e mostrar atitudes convictas até ao

fim. Abrace desafios aliciantes.

**A Justiça** – Personalidade que busca o equilíbrio; cumpridor e respeitador de compromissos e acordos. O rigor em que vive pode dificultar a aceitação de novas ideias. Altura para concretizar situações e obter definições.

**O Eremita** – Deve reflectir nas acções e exigir tempo para fazer opções fundamentadas e moderadas. Tem períodos bastante activos e outros em que se dedica à meditação.

**A Roda da Fortuna** – Altura de agarrar oportunidades e aprender a lidar com o inesperado. Personalidade inconstante, de carácter positivo e receptivo a novas ideias. Actua com rapidez.

**A Força** – Personalidade forte e lutadora. Deve evitar a teimosia e a agressividade quando quer defender pontos de vista.

**O Dependurado** – Deve melhorar a sua auto-estima e libertar-se de tudo o que o impeça de progredir. TV



**Expectativas superadas**

A aplicação do jogo é recente, mas já é possível tirar algumas conclusões das suas potencialidades na motivação. «As pessoas hoje não estão bem consigo próprias e, assim, é difícil motivarem os outros», frisa Sofia Costa Quintas. «Uma vantagem do jogo é levá-las a olharem para dentro e a reflectirem nas suas competências, nos seus pontos fortes e fracos, nos traços que devem melhorar. Depois, o jogo fomenta o trabalho em equipa, estreitando os laços entre os participantes. Passando um dia e meio juntos, num ambiente descontraído e diferente da rotina profissional, com partilha e interacção, trabalham melhor em equipa. Muitas vezes, quando as pessoas não falam, não partilham e não comunicam gera-se um distanciamento e, às vezes, muitos conflitos por palavras que não foram ditas». Por fim, a criadora do jogo considera que o plano de acção elaborado a partir da reflexão realizada por cada participante vai mesmo ser posto em prática, não só porque estão sensibilizadas e se comprometeram, mas também porque não lhes é imposto por terceiros. «Tenho notado que as pessoas quando constroem um plano de comunicação nesse meio dia, têm nessa altura ideias muito mais criativas do

que teriam antes de fazer o jogo; estão muito mais disponíveis. O plano que resulta daí é muito mais ambicioso do que se estaria à espera e as pessoas saem com uma grande motivação para o implementar», conclui a consultora.

A adesão das empresas a esta solução tem superado as expectativas. Vária já solicitaram o Jogo da Alquimia Empresarial, desde os serviços à indústria pesada, sector que surpreendeu Sofia Costa Quintas; e já existe um contrato de exclusividade com a empresa de consultoria Service 4 You para a indústria hoteleira. «As pessoas ficam surpreendidas pela novidade, por ser uma ferramenta nova. Desperta-lhes uma certa curiosidade, mas também vêem nele uma lógica, ou seja, está construído com uma linguagem muito empresarial. As pessoas identificam-se muito com essas variáveis e com o que pode resultar da sua melhoria», aponta.

O fascínio pelo esotérico, que tem vindo a suscitar forte interesse em várias franjas da sociedade, chega agora às empresas e apresenta-se como uma ferramenta útil para o seu funcionamento. Se noutros países muitas empresas já se preocupam com a espiritualidade, em Portugal ainda há muito por fazer. A espiritualidade «não tem nada de transcendente, tem a ver com o conhecimento do eu e a ca-

pacidade de transformação do eu; com o potencial de crescimento interior e a capacidade de transformação e de conhecimento», explica a directora da Uzina da Comunicação. Aulas de 'tai.chi', meditação e criação de espaços para as pessoas estarem consigo próprias são algumas das soluções que podem ser adoptadas. Afinal, como sublinha Sofia Costa Quintas, «as empresas são compostas por pessoas, não são números, e os conflitos surgem por as pessoas não estarem bem com elas próprias.» A espiritualidade nas empresas «é uma nova tendência, algo que faz sentido», conclui. ■

**Seis passos para a liderança**

- 1** Quero fazer parte da solução e não do problema;
- 2** Quero ir mais além do que já faço;
- 3** O caminho é enfrentar e tentar resolver as oportunidades e os conflitos;
- 4** A minha capacidade para mudar formas de pensar e de agir é a única liberdade de que disponho;
- 5** Invisto tempo a standardizar os fins e não os meios, comunico os resultados a atingir, depois deixo que cada um encontre o seu caminho e o seu estilo;
- 6** Selei um compromisso interior com a mudança, vou passar a gerir corações, mentes e talentos. TV

Fotos: João André

Hoje há parcerias inevitáveis.

# O sucesso da sua empresa vai passar por aqui.

- Centros de Contacto
- Trabalho Temporário
- Serviços de Outsourcing
- Recrutamento e Selecção
- Consultoria RH
- Organização de Eventos

Lisboa tel. 210 308 400  
 Porto tel. 222 076 280  
 Aveiro tel. 234 378 860  
 crh@grupocrh.com

**CRH**  
GRUPO

Especialistas em Recursos Humanos

[www.grupocrh.com](http://www.grupocrh.com)