

Explicação

Bianca leu a seguinte afirmação do [Brian Tracy \(https://en.wikipedia.org/wiki/Brian_Tracy\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Brian_Tracy): “Algumas pessoas se saem melhor que outras porque trabalham de maneira diferente: fazem as coisas certas do jeito certo. As pessoas felizes, bem-sucedidas e prósperas, em particular, usam o tempo com muito mais eficácias que as outras.”

Por que ele chegou a essa conclusão?

Segundo Brian Tracy, ele teve uma origem humilde, por isso ele desenvolveu um forte complexo de inferioridade e inadequação. Ele caiu na armadilha mental de achar que as pessoas mais bem-sucedidas que ele eram, na realidade, melhores. Com o tempo, porém, ele aprendeu que isso não é necessariamente verdade.

As pessoas apenas fazem as coisas de maneira **diferente**, portanto ele podia aprender a fazer as coisas do jeito delas.

Ao longo da carreira, Bianca vai descobrir e redescobrir diversas vezes uma verdade simples: a chave para o sucesso, a realização, o respeito, o prestígio e a felicidade está na capacidade de se concentrar em suas tarefas mais importantes e realizá-las de forma satisfatória do começo ao fim.

O objetivo de toda as ideias deste curso é aumentar a produtividade e o desempenho da Bianca (e o seu) e como torná-la mais valiosa em sua área de atuação, mas muitas dessas ideias também servem para sua vida pessoal.

Hoje em dia, a capacidade de distinguir a tarefa principal e realizá-la com rapidez e competência é provavelmente mais importantes para o sucesso que qualquer outra qualidade ou talento que a Bianca possa desenvolver.

Portanto, lembre-se da **necessidade de ser seletivo**.

Uma pessoa comum que cria o hábito de estabelecer prioridades claras e finalizar tarefas importantes em pouco tempo é muito mais eficaz que o gênio que fala muito e elabora planos maravilhosos porém pouco concretiza.

Bianca pode colocar em suas listas de tarefas: fazer a [Carreira Front End \(https://www.alura.com.br/carreira-desenvolvedor-front-end\)](https://www.alura.com.br/carreira-desenvolvedor-front-end), porém, a execução concreta dessa atividade precisa ser pensada. Quando a Bianca vai começar? Em que momento do dia ela assistir aos vídeos? Como ela fazer os exercícios? Até quando ela pretende terminar?

Bianca é o tipo de pessoa que fala sem parar, organiza reuniões intermináveis elaboram planos espetaculares, mas não conclui o trabalho nem alcançam os resultados esperados. Então que dica podemos dar para a Bianca?

Desenvolva hábitos de sucesso.

Ela precisa entender que seu sucesso na vida e no trabalho será determinado pelos tipos de hábitos que ela desenvolve ao longo do tempo.

O hábito de estabelecer prioridades, superar a procrastinação (ou seja, aquela mania de deixar tudo para depois) e se concentrar em sua tarefa mais importante é um talento prático e mental, portanto pode ser aprendido com a prática e a repetição até ficar gravado em seu subconsciente e ser incorporado a seu comportamento.

Começar e finalizar tarefas importantes proporciona uma recompensa imediata e permanente. Quando ela adquire esse hábito, ela se sente tão preparada em termos mentais e emocionais que, ao cumprir, a tarefa, tem uma sensação boa.

Lembra-se do exemplo que compartilhei onde a Bianca disse que quer fazer a Carreira Front End da Alura?

Ela quis fazer os cursos desta carreira. Ela **decidiu** fazer isso porque identificou valor nos cursos.

Para a Bianca concluir de maneira satisfatória, ela precisa ter **disciplina** para acompanhar as aulas e praticar os exercícios.

Por fim, ela sabe que precisa de muita determinação para concluir a carreira. Precisa ter claro o objetivo que quer alcançar ao final do curso. Pode ser, por exemplo: atualizar o currículo para pleitear novas vagas dentro ou fora da empresa, para sofrer menos nos projetos que requer uso de novas linguagens ou frameworks.

Sendo assim, podemos concluir que as qualidades fundamentais para criar hábitos de foco e concentração são: **decisão, disciplina determinação e objetivos.**