

Multitasking

Maria trabalha de casa e frequentemente aproveita o fato de estar em casa para poder cozinhar. Na última semana colocou um bolo para assar. O bolo queimou apesar dela ter colocado um alarme no celular para lembrá-la de desligar o forno. Quando o alarme tocou ela estava respondendo um email. Ela desligou o alarme irritada sem lembrar do forno ligado!

Não era pra menos... enquanto tentava escrever email o telefone tocou três vezes, ela precisou responder a cinco mensagens de texto do seu gerente cobrando o email que ela estava escrevendo.

O que você recomendaria a Maria?

Selecione uma alternativa

- A** Recomendaria a Maria não adicionar tarefas a sua rotina de trabalho mesmo que seja o simples fato de desligar o forno. Ela já está sobrecarregada. Recomendaria também ela colocar o celular em modo avião para poder se concentrar e poder responder um email importante sem ser interrompida.
- B** Recomendaria a Maria pedir para o seu gerente deixar ela terminar o email e não cozinhar no momento de estar trabalhando.
- C** Recomendaria a Maria não tentar cozinhar no momento do trabalho assim ela não teria ficado irritada.
- D** Recomendaria a Maria a escrever um texto como por exemplo "BOLO" no momento do alarme tocar assim ela não teria se esquecido.