



Sugestão de leitura

Durante o curso vimos diversas situações que podemos viver em nosso dia a dia e existem várias técnicas para desenvolver nosso foco, bem como a motivação e bem estar.

Pensando nisso, recomendamos a leitura do artigo: [Conheça métodos consagrados para aumentar o foco e a produtividade](http://g1.globo.com/economia/concursos-e-emprego/blog/tira-duvidas-de-concursos/post/conheca-metodos-consagrados-para-aumentar-o-foco-e-produtividade.html) (<http://g1.globo.com/economia/concursos-e-emprego/blog/tira-duvidas-de-concursos/post/conheca-metodos-consagrados-para-aumentar-o-foco-e-produtividade.html>).