



Explicação

Bianca, assim como muitas pessoas, vive o grande dilema: “se meu dia tivesse 50 horas por dia eu daria conta de tudo o que preciso fazer, estudaria mais, leria mais... Faria mais coisas que no futuro podem me gerar mais oportunidades”. Será?

Quem se dedica a pensar na vida pessoal e na carreira em termos de acontecimentos, no longo prazo, parece tomar decisões mais acertadas sobre o emprego do tempo e a priorização de atividades do que quem não pensa muito no futuro.

Regra: Pensar nos projetos em termos de longo prazo melhora a tomada de decisões no curto prazo.

Pessoas bem-sucedidas estão dispostas a atrasar a gratificação e a se sacrificar no curto prazo para desfrutar recompensas maiores no longo prazo. Já as pessoas não tão bem sucedidas pensam na satisfação mediata e não dão importância ao longo prazo.

O esforço de chegar ao trabalho mais cedo, ler textos sobre sua área de atuação, participar de cursos para aprimorar suas técnicas e se concentrar nas tarefas mais importantes acaba exercendo um enorme impacto positivo em seu futuro. Por outro lado, chegar atrasado, ficar mais tempo do que o necessário no refeitório da empresa tomando café e batendo papo o tempo todo com os colegas de trabalho pode parecer divertido e prazeroso no curto prazo, mas levará a um desempenho aquém do esperado, que por sua vez afastará a chance de promoções e causará frustrações.

Mas o problema é que a Bianca está desmotivada... Porque fazer o melhor se as coisas continuarão como estão?

Motivação exige motivo. Quanto maior o possível impacto positivo de uma ação ou uma mudança de comportamento, mais motivada Bianca se sentirá para superar a procrastinação e arregaçar as mangas.

Uma das maneiras da Bianca conseguir definir prioridades é se ela pensar nos potenciais efeitos de suas escolhas, decisões e posturas. Então é importante a Bianca obedecer a **Lei da Eficiência Forçada**.

Ela postula que “Nunca há tempo para fazer tudo, mas sempre há tempo para fazer o mais importante.”

Quando o prazo está curto e ela sabe que as consequências de não finalizar uma tarefa ou um projeto importante podem ser graves, parece que sempre há tempo para concluir-la, mesmo que às vezes seja no último segundo. Bianca sabe bem disso... Ela dá um jeito para conseguir chegar cedo, fica até tarde e se concentra no trabalho, em vez de enfrentar o aborrecimento de não terminá-lo no prazo previsto.

Regra: nunca haverá tempo suficiente para você fazer tudo o que precisa.

Hoje em dia, as pessoas trabalham a um ritmo entre 10% e 30% acima de sua capacidade. E os trabalhos e as responsabilidades simplesmente continuam se multiplicando. Somando-se a vida profissional à pessoal, muitas pessoas precisariam despender centenas de horas para dar cabo de suas leituras e seus projetos acumulados.

Isso significa que Bianca nunca vai zerar essa conta. Tudo o que ela pode desejar é estar em dia com suas maiores responsabilidades. Às outras simplesmente terão que esperar.

Mas e os prazos? Tudo o que a Bianca faz é em função dos prazos. Ela acha que trabalha melhor sob pressão dos prazos. No entanto, anos de [pesquisas](http://www.healthcareequities.com/pages/managment/execbrain.html) (<http://www.healthcareequities.com/pages/managment/execbrain.html>) indicam que isso quase nunca é verdade.

Sob a pressão de um prazo, muitas vezes criada pela procrastinação, Bianca fica mais estressada, cometem mais erros e precisa refazer tarefas. Com frequência, esses erros geram problemas de execução, o que pode gerar perdas financeiras significativas.

Às vezes, um trabalho demora mais porque as pessoas correm para entregá-lo no último minuto e depois precisam refazê-lo.

O ideal é planejar sua agenda e reservar um período ao final do projeto para compensar atrasos e problemas inesperados.

Somos muito mais eficientes quando trabalhamos exclusivamente na tarefa mais importante. Bianca se surpreenderá com a sensação de relaxamento e com a qualidade do trabalho realizado.