

Mudanças

O Lucas percebeu que quando ele dorme pouco, costuma acordar exausto e quando chega no trabalho parece que a hora de ir embora para casa não chega. E quando ele dorme 8 horas, acorda mais disposto, vai para o trabalho e faz as suas horas renderem muito. Isso acontece devido ao hábito-chave, ou seja:

Selecione uma alternativa

- A** Hábito-chave é a arte de cumprir todas as tarefas planejadas.
- B** Hábito-chave acontece quando dormimos o suficiente de horas.
- C** Hábito-chave é a arte de dar sentido às coisas.
- D** Ao ter um hábito-chave, percebo que outras áreas da minha vida podem melhorar.