

Manutenção do foco

Quanto mais precisas forem as respostas do Rafael às perguntas para manter seu foco na realização das tarefas mais importantes e dentro do prazo, mais fácil será estabelecer prioridades claras, superar a procrastinação e iniciar a atividade que representa o uso mais inteligente do seu tempo.

Além disso, o que Rafael pode fazer para manter seu foco no que for mais importante?

Selecione 3 alternativas

- A** Determinar qual é a tarefa mais importante.
- B** Manter a disciplina para manter a regularidade do uso mais produtivo de seu tempo.
- C** Questionar-se: “O que terá mais consequências positivas em meu trabalho ou minha vida pessoal?”
- D** Estipular um período de teste para checar o quanto essa tarefa é importante para o Rafael se manter produtivo.