

 05

Ferramentas de captura

Transcrição

A Renata entendeu a **importância da captura** e assim terá mais iniciativa para realizar as coisas que se propôs a fazer. Agora ela pretende fazer imediatamente tarefas como "ligar para o contador" em vez de postergá-las.

E como ela fará para não se esquecer das coisas? Existem vários tipos de ferramentas, eletrônicas ou não, que podem ser usadas para capturar tais pendências.

Em outros cursos da Alura, como o de [Hábitos](https://www.alura.com.br/curso-online-habitos) (<https://www.alura.com.br/curso-online-habitos>), apresentamos alguns modelos de listas que podemos fazer tanto no [Evernote](https://evernote.com/intl/pt-br) (<https://evernote.com/intl/pt-br>), como no [Trello](https://trello.com) (<https://trello.com>).

É factível usá-los cotidianamente, mas a Renata prefere adotar essas ferramentas na organização de assuntos de trabalho. Ela tentou organizar suas coisas pessoais, mas não conseguiu adotar o hábito. Isto é algo que pode passar com você também, às vezes, temos mais familiaridade usando uma ferramenta do que outra. Para ajudarmos a Renata, vamos oferecer mais opções.

##Bloco de anotações e cadernos, eletrônicos ou não

Folhas soltas e cadernos, fichas pautadas e blocos de papel de todas as formas e tamanhos podem capturar ideias aleatórias, informações, tarefas e outros itens. Talvez uma caderneta pequena seja interessante porque ela conseguirá deixar na bolsa e poderá fazer as anotações sempre que se lembrar de algo importante, sem importar o local em que estiver.

Renata tem a liberdade de usar qualquer recurso que goste e se encaixe em suas necessidades, de acordo com suas logísticas.

Dispositivos eletrônicos

Existem **outros recursos eletrônicos como aplicativos ou o bloco de nota do seu celular**.

Vamos pensar em uma situação específica: Renata estava com pressa e teve uma ideia de tema para escrever no seu blog, em vez de anotar na caderneta, como estava no carro com muito trânsito, ela acessou o gravador do celular e começou a gravar o possível tema. Ela gravou os assuntos que ela poderia abordar em um artigo.

Computadores, tablets, smartphones e todos os dispositivos eletrônicos podem ser usados para capturar notas e preservar registros provisórios do que desejamos lembrar posteriormente.

Sobre esta sugestão, talvez, a Renata pense "já sei que esses recursos existem e já usei várias vezes".

Nosso objetivo não é subestimar nossa personagem, a ideia é lembrar que independente do recurso ser eletrônico, essas ferramentas funcionam como caixas de entrada, capturando informações, compromissos, pensamento e acordos. Essas informações podem ser úteis na fase da ação.

[De acordo com especialista](https://super.abril.com.br/mundo-estranho/quanta-informacao-o-cerebro-pode-armazenar/) (<https://super.abril.com.br/mundo-estranho/quanta-informacao-o-cerebro-pode-armazenar/>), nosso cérebro guarda apenas fragmento de informações, por isso, é fácil esquecermos coisas do dia a dia. Se adotamos recursos eletrônicos para melhorar a organização das capturas que fazemos, é uma boa estratégia.

A Renata achou essa ideia interessante, mas pensou "isto não é uma novidade para mim".

Ficamos contente por ela já conhecer este recurso, a questão é: por que ela sempre se atrapalha na realização das coisas e fica com a sensação de esgotamento?

Entender a relação entre "caixa de entrada de e-mails" e "informações que lembramos durante o dia" pode não ser o suficiente para termos mais acabativa.

Se a Renata tenta guardar muitas coisas na memória, talvez ela não se sinta motivada a processar e esvaziar sua "caixa de entrada" de forma adequada. Ela ainda está aprendendo a lidar de um modo diferente com a realização de suas tarefas. Então o ponto é: essas ferramentas de captura precisam integrar o estilo de vida da pessoa.

Ela deve tentar ter essas ferramentas de anotação sempre acessíveis, para que se tornem tão indispensáveis como produtos de higiene ou seus documentos. Desta forma, ela terá a segurança de que todas as tarefas e ideias úteis serão lembradas e terá um ótimo estímulo para gerar novas ideias.

O desafio da Renata nesse caso será manter todas as coisas **dentro** ou **fora** de seus pensamentos. Se parte das informações se perderem pelo caminho, a Renata não poderá confiar em nenhuma delas. As ideias anotadas na caderneta são mais importantes do que aquelas lembradas durante o dia?

Após a Renata criar o hábito de usar anotações, o que ela deve fazer com aquilo que não foi executado? Se a Renata não fizer nada com os itens capturados, esse processo - e estilo de vida - não funcionará.

O significado de esvaziar a caixa de entrada é diferente de concluir todas as coisas anotadas, mas sim, definir o melhor momento, a melhor maneira para realizá-las e, então, organizar as pendências. Assim nossa personagem vai **buscar o melhor momento e maneira de concluir suas tarefas**.