

Coisas sem importância

Catarina frequentemente age de acordo com o Quadrante 4, ou seja, ela tende a perder prazos e comumente utiliza a falta de tempo como justificativa para não realizar as tarefas mais importantes. Cansaço, falta de energia e até depressão podem ser sintomas de quem tem a maior parte de suas atividades localizada nesse quadrante.

Então para que a Catarina otimize seu tempo para que tenha um melhor uso do seu tempo, recomenda-se que ela:

Selecione 3 alternativas

A

Foque em tudo que é urgente.

B

Comprometa-se com as mudanças essenciais à meta.

C

Saiba dizer não para si e para os outros.

D

Priorize as tarefas mais relevantes.