



Faça o que eu fiz na aula

Identifique suas três tarefas mais importantes no trabalho. Pergunte a si mesmo: “Se antes de começar o expediente, eu tivesse que escolher a tarefa que mais contribuiria para minha carreira e a realizasse durante o dia todo, qual seria?”

Repita esse exercício mais duas vezes e, assim que chegar às tarefas principais, concentre-se nelas por todo o dia.