





Mudanças

O Adriano está envolvido em várias atividades dentro e fora do trabalho: ele tem vários clientes para atender, precisa fazer os trabalhos da faculdade e ainda ajudar seus pais na sua loja de cosméticos. Ele se sente esgotado, agoniado por ter tantas coisas para fazer ao mesmo tempo. Diante deste cenário, o que o Adriano pode fazer para reverter esta situação?

Selecione 1 alternativa

- A** Buscar ajuda em livros e aplicativos para melhorar sua produtividade. 
- B** Reverter este cenário custe o que custar. 
- C** Sentir desejo em mudar. 
- D** Tomar as rédeas da sua vida. 

A iniciativa precisa partir do Adriano. Ao identificar que algo precisa mudar, ele pode buscar maneiras diferentes de lidar com a situação.

PRÓXIMA ATIVIDADE