

**Veículo:** Diário Catarinense online

**Data:** 03/01/2010

## DIÁRIO CATARINENSE

3 de janeiro de 2010 | N° 8672  [Voltar para a edição de hoje](#)

**NOVO ANO**

### Dicas

#### Seja realista

No início, a maioria das pessoas tem a tendência de fazer uma lista enorme, como se pudesse dar conta de tudo em apenas 12 meses. Mire um foco para não perder tempo à toa.

Tenha clareza do que é imprescindível. Faça uma lista dos itens que serão seu foco e enumere as prioridades por ordem de importância. O passo seguinte é ter um plano de ação para cada um dos objetivos a ser perseguido em 2010.

#### Agenda à mão

Aproveite o período de compras de fim de ano e adquira uma agenda para levar na bolsa ou, se preferir, monte uma no computador. Nela, centralize todos os seus planos.

#### Seja prática

Em vez de mil planos, estabeleça poucos objetivos ao longo do ano, mas que sejam viáveis e realmente importantes. Para tentar vislumbrar o sucesso, pense o que quer e o que será necessário de investimento para chegar lá. Faça uma lista de ações práticas, de curta duração, e não perca o foco nos objetivos.

#### Revise sempre

A cada dois meses, revise planos e metas. Assim, corre-se menos risco do plano se transformar em uma promessa frustrada.

#### Compartilhe

Escolha uma pessoa próxima para ajudá-lo a manter o nível de confiança e motivação. Pode ser um profissional da área ou aquele amigo em quem confie plenamente.

#### Você é a prioridade

Quanto mais tempo você reservar para si mesmo, mais energia para executar seus planos. Separe momentos para o lazer, os esportes e o ócio com uma periodicidade quinzenal.

Fonte: Christian Barbosa, autor de A tríade do tempo e Você, dona do seu tempo