

CHRISTIAN BARBOSA

174 dias para realizar as promessas

Já se passaram mais de seis meses da sua vida desde dezembro de 2010, mês em que muitos de nós fizemos promessas e juras de realizações na festa de ano novo. Mas, quanto dessas atividades você cumpriu? Se analisarmos o tempo que passou, ao menos 50% desses compromissos devem estar no campo dos realizados, correto?

Se descobrir que nem metade dos seus planos para 2011 foram cumpridos, não se desespere. Ainda dá tempo! Com um método de planejamento eficaz e o gerenciamento das suas atividades, você conseguirá, antes que o ano termine, realizar todas as suas promessas. Para isso acontecer, você pode, primeiramente, imaginar que seu ano começou neste instante. Isso facilitará na organização das tarefas.

Então, reserve de 20 a 30 minutos para colocar tudo aquilo que você quer fazer em um papel, e depois transpasse para uma agenda, um caderno, ou até mesmo para um software de gestão do tempo (www.neotriad.com). Para definir essas metas e seus prazos, pense em três determinantes:

1 - Que áreas da sua vida você precisa dedicar mais ou menos tempo?



Faça uma lista dos papéis da sua vida (pai, mãe, profissional, etc) e crie duas colunas: "FAZER" e "PARAR". Na primeira coluna escreva atividades que precisa fazer por cada um destes papéis, coisas bem específicas e não contemplativas (ao invés de "Ler Mais", coloque "Ler o livro X"). Na segunda coluna coloque as coisas que você faz, mas que não geram nenhum resultado e você sabe que deveria parar de fazer.

2 - Pense na meta:

Repare que coloquei no singular, o que significa que é para ser limitado nessa quantidade de metas. Se tiver uma, ótimo, se tiver qua-

tro, talvez não seja viável. Pense no número adequado para você. O mais importante nesse momento é o plano de ação, ou seja, as tarefas que vão fazer com que você saia do lugar. Esse é um bom momento para rever as promessas e checar o que andou e o que não andou. É simples, se não andou, é porque o plano de ação está mal feito ou a meta é inviável.

3 - Mente antecipada:

Pense em datas especiais para o próximo semestre, como, por exemplo, entregas de projetos importantes, idas ao médico para exames de checkup, etc. Procure antecipar ou agendar atividades que devam ser feitas até o final do ano, assim você prioriza o importante, evita deixar para a última hora e fica com a certeza de que está no controle do seu tempo.

Lembre-se que ainda há 174 dias para cumprir os seus planos, basta querer e começar neste instante! Não deixe para o ano que vem o que você pode colocar em prática ainda neste ano. Cumpra suas promessas e dê espaço para que novos planos possam surgir!

Christian Barbosa é especialista em administração de tempo e produtividade, fundador da TriadPS, escritor e palestrante.