

ARTIGO
por Christian Barbosa

ADMINISTRE SEU TEMPO

Planejamento é o segredo para evoluir em todos os aspectos da vida em 2015

Estamos próximos da entrada de um novo ano e a sensação é de que o tempo voou até aqui. Este é o momento em que muitas pessoas se perguntam se 2014 valeu a pena ou se passou sem o rendimento e os resultados esperados. Muitos fatores podem determinar o sucesso ou não dos nossos objetivos, porém existem algumas atitudes que podem nos impedir de evoluir. Entenda alguma delas e aprenda como superá-las para que você consiga sair do lugar no próximo ano.

1 – Tenha objetivos definidos - Se você não sabe o que quer, o tempo vai passar e nada vai acontecer. Escolha um ou dois objetivos realistas e pé no chão para o próximo ano, escreva-os e detalhe um plano de ação. Ter algo, mesmo que não seja “o plano perfeito”, é melhor do que não ter nada em mente.

2 – Não espere o momento certo - O momento certo não existe. As condições perfeitas nunca vão acontecer na hora que você precisa. Faça o momento certo ser o momento em que você decidir começar a sair do lugar, quem espera nunca alcança.

3 – Planeje seu tempo - Se você deixa a vida fluir como um rio, vai acabar como um peixe, na mesa de alguém ou nadando aleatoriamente. Sem planejamento, as coisas simplesmente se tornam urgentes e você fica sem tempo de fazer a vida evoluir.

4 – Antecipe datas – Aproveite que o ano não começou e planeje eventos importantes com antecedência como: férias, check up médico, renovação de documentos, viagens, cursos etc. Em cima da hora fica mais difícil de realizar.

5 – Tenha uma agenda eficiente - Se você tenta memorizar as coisas que precisa fazer ou anota tudo em qualquer lugar que tiver mais próximo, você é um forte candidato a se perder, não conseguir planejar e não ter tempo para nada. Agenda eficiente é aquela que centraliza tudo que você precisa fazer, te permite planejar e está sempre com você.

6 – Evite a procrastinação - Muita gente não consegue cumprir atividades importantes ao longo do dia e ao longo da vida. Existem maneiras de evitar isso. Bloquear a agenda, criar um ritual de execução, pedir ajuda externa, priorizar as pequenas atividades, buscar a energia pessoal. Seja qual for a técnica, encontre a mais adequada para você, crie suas próprias e aplique em qualquer atividade que estiver sendo adiada.

8 – Cuide da sua carreira - Não é a empresa, não é seu chefe, não são seus pais ou seus professores que fazem sua carreira. Você é que tem que usar seu tempo para investir em cursos, networking, estágios etc.

9 – Evite reclamar - As coisas não dão sempre certo, a vida tem burradas, erros e perdas. Viver é assim mesmo. Aprenda com os erros, faça uma análise e comece de novo. Perder seu tempo reclamando só piora a situação. Enquanto você reclama, alguém já está começando a fazer a história de sucesso do amanhã.

O tempo passa rápido para quem não controla as coisas que faz na vida, não deixe a vida correr frouxa, ou repetir 2014, pois isso se torna um hábito e quando você reparar já estará com 80 anos e não terá feito nada.

Planeje-se e tenha um excelente 2015! V&A

Christian Barbosa - Especialista em administração de tempo e produtividade, é CEO da Triad PS, empresa multinacional especializada em programas e consultoria na área de produtividade, colaboração e administração do tempo. Autor dos livros "A Tríade do Tempo", "Você, Dona do Seu Tempo", "Estou em Reunião"; co-autor do "Mais Tempo, Mais Dinheiro"; e "Equilíbrio e resultado – Por que as pessoas não fazem o que deveriam fazer?"; e "60 Estratégias práticas para ganhar mais tempo". www.triadps.com.br e www.maistempo.com.br

