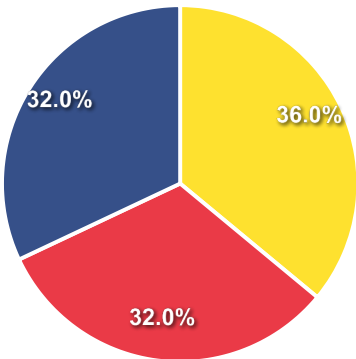




# OBRIGADO POR FAZER O TESTE DA TRÍADE!

Seu resultado: Equilibrista



Circunstancial  
Urgente  
Importante

De acordo com os resultados do seu Teste da Tríade do Tempo, você se encaixa no perfil do Equilibrista, porque vive seus dias equilibrando-se entre coisas importantes, urgentes e circunstanciais. É aquela situação na qual você começa seu dia focado em uma atividade que sabe que fará a diferença, aquela atividade realmente importante da sua lista, mas durante a execução aparece alguma urgência de um terceiro que pediu ajuda à você. Enquanto você está focado em resolver essa urgência que acabou de aparecer, alguém te liga e pede para você comparecer em uma reunião que não agregará nada na sua vida. Tudo acontece ao mesmo tempo no perfil do equilibrista.

Aqui aparecem os maiores casos de estresse, pois tanta ação frenética no dia e sem evolução, cansa, gasta energia, saúde e humor. Essa é aquela composição das pessoas que saem do trabalho esgotadas, sentindo dor de cabeça, nos olhos ou nas costas e chegam em casa sem energia para estudar, ficar com família e amigos, ou fazer atividade física. O tempo que sobra serve só para recuperar as energias para começar tudo de novo no dia seguinte.

O equilibrista vive correndo. Aos olhos dos outros é sempre uma pessoa atarefada, cheia de coisas para fazer, com pouco tempo para si própria. A correria é tanta que deixou coisas que gosta de lado, as promessas de ano novo são esquecidas na mesma velocidade da vida, a saúde, leitura e finanças pessoais acabam ficando em um segundo plano nessa composição.

O equilibrista precisa se conscientizar desse momento atual e entender que precisa mudar esse padrão o mais rápido possível. Mudar se torna essencial, senão mais cedo ou mais tarde a vida exigirá uma atitude de você, por mais que essa escolha seja negligenciada nesse momento.

Você precisa aprender um método de produtividade, aprender a planejar seu tempo da forma correta, a priorizar o que deve ser feito, usar a tecnologia a seu favor, aprender como ter mais foco e energia do no seu dia. Recomendamos a leitura do livro A Tríade do Tempo, que com certeza dará diversas estratégias para começar a mudar esse padrão.

Desenvolva uma atitude mental diária de evolução, mudando o padrão de correria para o padrão de andar. Andar na velocidade do que é importante, andar aproveitando aquilo que você conquistou, andar realizando as mudanças que precisa para ter uma vida com mais equilíbrio e resultados. Um bom começo é reservar um tempo para responder essas perguntas:

- O que eu quero de verdade para minha vida?

- O que eu preciso mudar ou fazer diferente?
- O que precisa ser eliminado para eu alcançar meus objetivos?
- Quais são as situações que enfraquecem meu foco e sugam minha energia?

[PolÍtica de Privacidade](#) | [Termos de Uso](#)