

Gestão do Tempo

1

S

U

C

E

S

S

O

2

D

I

S

T

R

A

C

A

O

3

M

U

L

T

I

T

A

R

E

F

A

4

D

E

P

E

N

D

E

N

C

I

A

5

U

R

G

E

N

C

I

A

6

E

I

S

E

N

H

O

W

E

R

7

P

L

A

N

E

J

A

M

E

N

T

O

8

P

R

O

C

R

A

S

T

I

N

A

C

A

O

9

G

E

T

S

A

O

10

H

A

B

I

T

O

S

11

F

O

C

O

1. Alcançar objetivos.

2. Desvio da atenção.

3. Realizar várias tarefas.

4. Vício em tecnologia.

5. Situação que requer ação rápida.

6. Matriz de priorização.

7. Antecipação de ações.

8. Adiar tarefas.

9. Administração eficaz.

10. Comportamentos repetidos.

11. Concentração em algo.