

## Imprevistos acontecem: como lidar com eles?

### Resumo

---

Imprevisto pode ser definido como algo que não se pode prever, casual ou inesperado. Essa imprevisibilidade é lógica, mas não significa que deve causar grandes impactos. Por isso, é importante desenvolver atitudes inteligentes para se prevenir de imprevistos.

## Atitudes inteligentes contra imprevistos

#### **Os imprevistos são imprevistos?**

Muitas vezes, inventamos desculpas para justificar o não cumprimento daquela tarefa, como se fosse um imprevisto. Muitas tarefas da nossa semana são rotineiras, então, se antecipe. Planeje com antecedência o que pode gerar esses “imprevistos”.

#### **Trabalhe com múltiplos cenários**

Muita coisa pode acontecer durante a semana: ficar sem internet ou gastar mais tempo na lista de Física. Crie cenários que abranjam esses problemas. Se ficar sem internet, já tenha uma lista separada para resolver. Se gastar mais tempo na de Física, compense na de História, em que você tem domínio e facilidade.

#### **Crie reservas de tempo para os imprevistos**

Determine um período de tempo no final de semana para compensar esses imprevistos. Se acontecerem, você já tem tudo planejado. Se não, transfira esse tempo para outra atividade ou lazer.

#### **Desenvolva uma gestão de risco**

Significa avaliar o impacto daquelas mudanças na sua rotina. Se você começar a estudar agora, mas precisar pausar para ir ao banco, talvez seja melhor ir ao banco, completar suas tarefas obrigatórias e, quando retornar, executar, sem pausas, a sua rotina de estudos.

Essas são algumas dicas importantíssimas para lidar com imprevistos. Mas você ainda pode fazer mais. Nesse sentido, tenha um planejamento de metas curtas. Por exemplo: produzir um resumo e resolver a lista de Impactos Ambientais e Problemas Ambientais Urbanos, ao invés de estudar Geografia. Isso te ajuda a realocar as tarefas, sem necessidade de muitas alterações na sua rotina. Você pode não ter conseguido

resolver as listas de exercícios, mas conseguiu produzir o resumo. Então, fica mais fácil encontrar uma faixa de tempo para a resolução das questões.

Se o problema está sendo o tempo e você não está conseguindo produzir como deveria, pode ser uma questão de acordar mais cedo, e não de lidar com imprevistos. Nesse sentido, confira o vídeo abaixo!



O Descomplica tem no seu canal do YouTube os temas que, com certeza, caem em cada disciplina. É só clicar nos vídeos abaixo e se inscrever no canal para não deixar de acompanhar os vídeos.



## Siga as dicas dos alunos

Nas publicações abaixo, você encontra excelentes dicas e discussões sobre como lidar com imprevistos.



Isabella Fernandes

Moderador · 29 de agosto de 2017

... Abra suas asas 🦋 ...

Hoje vim ter um papo legal com vocês sobre imprevistos que podem acontecer no meio do nosso caminho. Muitas vezes a gente está com tudo planejado e de repente "cai uma bomba" na nossa rotina. Não é motivo para se desesperar nem ficar se martirizando. Tenha em mente suas prioridades, entre elas deve estar sua saúde e sua família. Alguns de vocês já sabem, outros não, mas eu passei toda a última semana no hospital com minha mãe, ela teve alta na sexta e no final de semana ainda "inventei" de fazer um bolinho aqui em casa (meu aniversário é hoje). Tudo, absolutamente tudo saiu do eixo. Mas se vocês pensam que eu estou morrendo por causa disso, não estou não. Na nossa vida, a gente precisa saber o momento certo de cada coisa e também a respeitar os limites de tudo, inclusive de nós mesmos. Foi o que eu fiz e é o que eu aconselho que vocês façam quando acontecer algo semelhante ao que houve comigo. A grande contradição destes dias envolveu minhas suas necessidades afetivas versus as necessidades estudantis e uma das coisas precisava ser temporariamente sacrificada, para que a outra pudesse acontecer. Na minha escolha, priorizei aquilo que é absolutamente necessário, importante e insubstituível, que nesse caso foi ficar com a minha mãe e ajudá-la a cuidar da saúde dela. No seu caso, pode ser a sua saúde, pode ser de outra pessoa da sua família, pode ser que você precise apenas de um pause pra recuperar as energias. Não sei qual a sua necessidade ou causa, mas o que eu quero dizer é que você precisa saber fazer suas escolhas sem sofrer por elas, precisa entender que há momentos em que a gente precisa se afastar pra depois retomar e tudo bem, todo mundo está sujeito a isso. Você não é pior que ninguém por causa disso nem vai se ferrar numa prova só por causa de alguns dias que precisar parar. Você é humano. 😊 Então por hoje é isso, espero que esse post possa dar algum conforto a alguém que esteja passando pelo mesmo. 😊

XOXO 🍷

(meu ig @lutandopeloamanha)



Paola Guimarães

7 de junho de 2017

Oi, gente! Essa é a minha primeira publicação, e não sei se irão responder, mas tenho uma dúvida acerca de imprevistos. Sigo uma rotina, estudo diariamente, e me planejo de acordo com alguns métodos, porém fiquei doente e devido a isso perdi uma semana do meu planejamento. O que faço pra que a ansiedade e o medo de não ter estudado sejam sanados? Obrigada desde já e bons estudos! 🙏



Bruna Landskron

14 de abril

Oi gente! tudo bem? Quero compartilhar com vocês a minha organização de aulas e etc. Tenho colocado o GEP na veia em minha vida. E percebi que isso tem aumentado o meu desempenho! Lembra doq o Hansen falou na quinta? "Nada é mais previsível do que um imprevisto". Então amigos, procurem um método de estudos, seja criativo, procure autonomia e coloque isso em prática. Viva isso. Vocês vão decolar 😊

Ps.: Esse é dessa quinta feira, dia de GEP ❤️!



Rachel Carvalho

11 de agosto de 2017

[POST PARA INSPIRAÇÃO]

As vezes a vontade de ver um filme, continuar vendo aquela série bacana vai ser maior que a vontade de estudar. As vezes você vai ceder a tentação dos amigos que te chamam pra sair exatamente na mesma hora que você planejou resolver aquelas questões ou fazer aquela redação. As vezes sua mãe vai precisar de você no mesmo momento que você vai estar estudando. As vezes, as vezes... Sempre vai ter uma coisa pra te atrapalhar, um imprevisto, uma emergência que vai tomar um pouco do seu tempo de estudo mas não, por favor não desista. Você abdica um pouco do seu final de semana pra repor o que foi perdido, você dá uma lida no resumo enquanto tá no ônibus, no Uber, no intervalo do trabalho/curso. Você que faz sua rotina, você que vai atrás dos seus sonhos. Posso dizer por mim mesma o quanto é difícil mas eu sei o quanto vai valer a pena. Você pode não ter tirado aquela sonhada nota no primeiro, no segundo, até no seu terceiro ENEM mas não, por favor não desista porque VOCÊ VAI CONSEGUIR, eu acredito em você e no seu potencial. E você? Acredita em si mesmo?



NÃO IMPORTA QUANTAS VEZES TE DIGAM NÃO. NUNCA DESISTA.

/CanalGeraçãodeValor

## Exercício

---

Imprevistos acontecem. Mas existem estratégias inteligentes para lidar com eles. Que tal listar na sua rotina semanal e descobrir quais são os possíveis “imprevistos” que podem acontecer? Por exemplo: precisar ir ao mercado, buscar alguém na escola ou ponto de ônibus, produzir um trabalho para a escola. Muitas vezes, essas tarefas não são imprevistos e podem ser previstas. Vamos listar esse tipo de tarefa e criar um plano para evitá-las?