

How to Learn

Introdução à produtividade

Labenu_



O que é ser produtivo na Labenu?

- Conseguir realizar as tarefas sem deixar as coisas acumularem;
- Conseguir cumprir com todas as atividades (warmup, standup, feedback, projeto diário, desafios etc.);
- Conseguir aproveitar atividades extra, hackathons, projetos pessoais, ajudar colegas etc.
- Se divertir no processo :)

Labenu_



Quais os principais erros?

- Enrolar para começar e se perder durante o dia;
- Perder o foco (redes sociais, jogos, notícias etc), não conseguir avançar nas tarefas e deixar coisas acumularem;
- Perder o equilíbrio dos hábitos (sono, alimentação, saúde mental etc) e acabar se prejudicando a longo prazo no curso;

Dicas rápidas para quick wins

Está enrolando para cumprir as tarefas?

- Comece da tarefa mais fácil (nem que seja só escrever "galera, não to sabendo por onde começar" no canal de dúvidas);
- Escreva em um papel a lista de tarefas do dia, quanto mais quebrado em pequenas e factíveis tarefas, mais fácil.

Labenu_



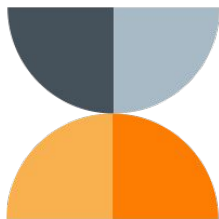
Dicas rápidas para quick wins

Não está conseguindo focar?

- Atente-se ao ambiente em que você está (procure um lugar mais calmo, organizado e sem distrações visíveis).
- Defina horários de grande foco (25min de grande foco + 5 min de relax). Pomodoro technique.
- Reduza o ruído: tire o celular da vista; feche abas de redes sociais / youtube etc; comunique as pessoas que vai focar.

Labenu_





Dicas gerais

- Pegue leve com você, a produtividade vem aos poucos, com esforço;
- Começar pequeno, mas só começar, é o melhor caminho;
- Lembre-se dos pilares: descanso, exercício e atenção à saúde mental.
- Não deixe de pedir ajuda e de se comunicar!





Obrigado!