M2T4 – DISCIPLINA E GESTÃO DE TEMPO

Questão - Crie um tópico no fórum e comente quais os hábitos que você já tem ou está pensando em aplicar na sua vida para ampliar a sensação de poder e disciplina.

Vou descrever a rotina ideal, enquanto desempregado, com meus hábitos que pratico (ou tento/já percebi) que aumentam minha performance são:

1. Acordar cedo (graças a Deus + Pai Nosso)
2. Tomar café (bebida)
3. Atividade Física
4. Banho de sol (15 min)
5. Desjejum
6. Banho matinal gelado (hoje, tomo banho quente em exceções)
7. Estudo Bíblico
8. Estudo Técnico (Programação)
9. Almoço
10. Estudo de Capacitação (Concurso)
11. Desjejum
12. Estudo Acadêmico (faculdade)
13. Jantar
14. Revisão (Concurso)
15. Conexão com mentor (ORAR)
16. Banho noturno
17. Adormecer

Atos de poder:

- Trabalhar bem

- Fazer tudo o que está na lista de a fazeres do dia

- Ter a certeza de que dei 100% de mim em algo que eu gosto (estudo, academia etc.)

- Criar um código, ou algo do tipo, só com o conhecimento que tenho e isso dar certo. (sem precisar perguntar a alguém)

- Alguém entender algo que ensinei

- Pagar todas as dívidas