

Vídeo Tempo no Instagram X Produtividade no dia

Já parou para pensar quanto tempo você gasta no Instagram no seu dia?

Fato é que o uso do celular já faz parte do nosso cotidiano e que realmente precisamos do mesmo para trabalho, comunicação com os amigos e muito mais, porém a mesma ferramenta poderosa que sempre está em nossas mãos se usada de forma errada pode atrapalhar o nosso desenvolvimento e produtividade no dia a dia.

A sua produtividade no trabalho em que está fazendo, aquele projeto que quer concluir depende do seu foco, sendo assim o foco um fator decisivo se você vai concluir/ bater suas metas e objetivos no dia. Porém com a facilidade e a atratividade das redes sociais, conversas no WhatsApp, memes que enviamos para os amigos e entre outras coisas podem tirar nosso foco no momento em que precisamos ser mais produtivos.

Tendo isso em mente o Instagram na vibe de bem-estar desenvolveu dentro do próprio app uma ferramenta que te ajuda a controlar quando tempo foi gasto durante a semana no app, na aba sua atividade, através de um gráfico onde mostra no topo a média de tempo gasto na semana no aplicativo e se pressionado em cima de cada dia da semana você consegue ter o tempo exato contabilizado que foi gasto na plataforma.

Além disso a ferramenta de análise permite que o Instagram te notifique se você chegou no limite de tempo que você definiu para uso do app no dia. Uma dica simples mas que pode ajudar em muito a tua produtividade no dia, pois assim você consegue saber quanto tempo foi gasto, se ultrapassou o tempo limite estabelecido e consegue tomar medidas/ações com esse feedback que levarão a melhorar o teu desempenho profissional, por exemplo.