



Cuidado com exageros

Muitas vezes queremos fazer tudo e acabamos não fazendo nada.

Não adianta criar uma lista enorme de tarefas e depois não conseguir cumprir metade delas.

Quando criar sua lista, coloque apenas um número possível de tarefas a realizar.

Opte por colocar tarefas a menos e vá experimentando e veja qual a sua capacidade diária para realizá-las.

Experimente colocar diariamente no máximo três tarefas indispensáveis para o seu dia. Mais que isso é prometer algo que não posso cumprir e não é esse o objectivo. Se tiver só uma tarefa indispensável melhor, pois aí terá a certeza que irá cumpri-la.