

 06

Ações

Sabrina trabalha numa agência de Marketing Digital. Sua resulta no acúmulo de estresse porque ela se sente cada vez mais pressionada com os prazos e com a qualidade das entregas.

Quando ela menos espera, dá uma resposta ríspida para seus colegas e deixa de atender alguns clientes para resolver problemas dos outros. Se este comportamento permanecer, Sabrina corre riscos, afinal de contas, a agência conta com ela para atender bem seus clientes e espera que ela mantenha a cordialidade com seus colegas.

De acordo com o que vimos neste vídeo, pensar no porquê agimos de assim pode trazer alguns benefícios, tais como:

Selezione 3 alternativas

A Cometer menos erros.

B Reconhecer que somos capazes de planejar melhor nossas ações.

C Planejar cada detalhe das nossas ações.

D Agir com menos impulsividade.