

Desafios em ser multitarefa

Julio chega no trabalho e enquanto participa de uma reunião, ele responde seus emails. Ao chegar na sua mesa, começa a pensar nas coisas que precisa fazer: ligar para um cliente, planejar sua viagem de férias, revisar planilhas e orientar um novo profissional que começou a trabalhar com ele.

Ao final do dia ele tem a sensação de que trabalhou muito, mas que não foi o suficiente. De acordo com este cenário, o que o Julio pode fazer para melhorar o seu foco?

Selecione 2 alternativas

- A** Faça somente as tarefas que foram planejadas.
- B** Alternar tarefas para não se cansar.
- C** Não se distraia.
- D** Faça o que te incomoda ou que é mais importante o quanto antes.