

Pare de Perder Tempo



Filipe Cavalcante

(filipencavalcante@gmail.com)

Agenda

- Motivação
- Christian Barbosa
- Metodologia
 - Atividades Importantes
 - Atividades Urgentes
 - Atividades Circunstancias
- Dicas
- Ferramentas

Motivação

- Impedimentos para realizar nossas tarefas
- Sentimento no final do dia que não fizemos nada
- Nos sentimos perdidos
- Perdemos qualidade de vida
- Christian Barbosa



Christian Barbosa

- Dono da Triad Consulting
- Trabalha dez horas/dia
- Cuida dos filhos de 11 e 4 anos
- Academia
- Faz aulas de Taekwondo
- Tem vários blogs
- Anda de skate e assiste novela



Christian Barbosa

- 7 anos ele ganhou o primeiro computador
- 14 anos certificado pela Microsoft
- 15 anos primeira empresa de tecnologia
- 19 ano coordenava uma equipe de quase 300 funcionários
- Aos 20 fazia faculdade e iria ser pai

Christian Barbosa

- Ficava cansado o dia todo
- Perdeu o ano na faculdade
- Gastrite
- Tumor intestinal

Metodologia

- Atividades Importantes
- Atividades Circunstanciais
- Atividades Urgentes
 - Imprevisíveis
 - Migratórias



Atividades Importantes

- Algo que produz resultado/valor
- Merece atenção especial
- Não exige pressa
- Alguns Exemplos
 - Identidade
 - Metas
 - Planejamento
 - Organização
 - Execução

Atividades Importantes

- Características
 - Têm prazos para serem feitas
 - Importante pra VOCÊ
 - Proporcionam prazer
 - Traz resultado positivo

Atividades Urgentes

- Deve ser feito com rapidez
- O prazo é JÁ!
- Ter total atenção instantânea
- Pode ser uma tarefa importante adiada
- Exemplo
 - Consulta do cardiologista x Infarto

Atividades Circunstanciais

- Definição
 - Tarefa que você é levado a fazer sem a sua vontade devido alguma situação
- Não geram resultados para VOCÊ
- Você aceita por educação ou medo
- Exemplos
 - Visita inesperada e indesejada.
 - Ligação de vendedores
- Piloto x Passageiro

Dicas

- Não olhar sempre o e-mail ou twitter
- Dividir suas tarefas em simples, normais e complexas
 - Quebrar as mais complexas em prazos menores
- Respeite a ordem que você estabeleceu para executar as atividades
- Não se planeje de forma chata

Ferramentas

- Neotriad
- Google Calendar

Ferramentas

	dom 11/9	seg 12/9	ter 13/9	qua 14/9	qui 15/9	sex 16/9	sáb 17/9
GMT-03			✓ Proj1 plano de neg	✓ Fichamento de Soc		☐ Fazer Seminario de ☐ Responder email de	☐ Começar a fazer P
10:00		10:00 – 12:00 SO			10:00 – 12:00 IRC	10:00 – 12:00 Monitoria LES	
11:00							
12:00			12:00 – 13:00 Fichamento de Sociologia				
13:00							
14:00		14:00 – 16:00 Projeto 1	14:00 – 15:30 Plan2Biz e Delegar atividades		14:00 – 17:00 Seminário de MAV	14:00 – 15:30 GWT	
15:00							
16:00		16:00 – 17:00 Xerocar Ler ate cap 5 A ideologia		16:00 – 18:00 Projeto 1			
17:00							
18:00			18:00 – 20:00 MAV		18:00 – 20:00 MAV		

Pare de Perder Tempo

14

Referências

- <http://www.triadps.com/>
- www.christianbarbosa.com.br
- Entrevista com Christian Barbosa
<http://migre.me/5HWxD>
- Google Books – A Triade do Tempo
<http://migre.me/5HWAAs>
- Capítulo 3 do livro A Triade do Tempo
<http://migre.me/5MGE1>

FIM

“Os homens que perdem a saúde para juntar dinheiro e depois perdem o dinheiro para recuperar a saúde. Por pensarem ansiosamente no futuro, esquecem o presente, de tal forma que acabam por nem viver no presente nem no futuro. Vivem como se nunca fossem morrer e morrem como se nunca tivessem vivido.”

Buda