

Procrastinar ou não procrastinar!

Não perca seu tempo (Chega de enrolar)

No início de quaisquer atividades, olhamos simultaneamente para o passado e para o futuro, animados pela esperança de recomeçar. Há uma vontade genuína de mudança, mas ela costuma esbarrar, para boa parte das pessoas, numa barreira tão sólida quanto invisível: o hábito de adiar tarefas difíceis ou chatas, deixando-as compulsivamente para amanhã. Ao final de um ano de adiamentos, descobre-se que a vida mudou muito pouco. Ao contrário do que parece, esse não é apenas um problema seu. Empurrar com a barriga é uma tendência universal, profundamente enraizada no comportamento humano. É tão antiga que os romanos já tinham um nome para ela: procrastinar, que significa, literalmente, mover alguma coisa de um dia para o próximo. O procrastinador limita seu horizonte profissional. Não aprimora seu trabalho porque faz tudo às pressas e tem medo de enfrentar novos desafios – porque conhece sua limitação. Em um mercado competitivo, vai ficar para trás. As pessoas que chegam ao topo são as que sabem usar seu tempo. Procrastinar, para algumas pessoas, torna-se um estilo de vida, quase uma definição de personalidade. É algo que rima com rebeldia, improvisação, desapego. No entanto, quem já não esbarrou com as consequências negativas do hábito de deixar tudo para amanhã? Quem nunca perdeu o sono como o acúmulo de coisas atrasadas, que é o resultado invariável da procrastinação? Quem nunca se sentiu culpado depois de uma sessão de quatro horas em frente à TV, quando havia tantas coisas urgentes precisando de atenção? Quem nunca morreu de raiva de si mesmo por ter adiado, sem justificativa, aquele telefonema importante que, depois, acabou esquecido? Sim, existem técnicas para sacudir a preguiça e vencer a tentação de empurrar as tarefas e vencer a tentação de empurrar as tarefas para daqui a pouco. O primeiro passo no processo de vencer a inércia é entender o tamanho do inimigo – que é enorme.

Ref. Buscato, Marcela. Chega de enrolar. Época. Ed.Globo. Ed 660. p.78-85. 10/01/2011

Think about it!

Try to kill the thief of time!

Powered by TO, 01março2011.