

WILLIAM DOUGLAS • ALBERTO DELL'ISOLA



Administração do Tempo

IMPETUS

Resumo de Administração Do Tempo

A maioria das pessoas pensa que sabe administrar seu tempo apenas selecionando prioridades ou cumprindo uma agenda de tarefas. Todavia gerenciar atividades e horas diárias requer maior esforço e também treinamento.

Certamente é um desafio cotidiano conciliar vida profissional e pessoal em tantos compromissos até porque cada um de nós nem sempre sabe o exato valor do tempo como nos relacionamos com ele e como interpretamos nossas escolhas.

Sequer conhecemos muito bem nosso relógio biológico nem conseguimos diferenciar a importância da urgência. É preciso evitar que 'as horas voem' a fim de não nos tornarmos desperdiçadores de tempo.

Para tanto os autores Alberto Dell'Isola e William Douglas escreveram a obra Administração do Tempo - Como fazer seu tempo render: Tudo que você precisa saber para dar conta das atividades cotidianas e ser bem-sucedido.

O livro não apenas conscientiza e motiva; ele também mostra 'o caminho das pedras' para quem deseja ser produtivo ensinando a organizar o tempo diante das demandas tecnológicas expondo detalhes de erros e acertos durante o dia a dia fornecendo um quadro de horários ideal para cada tipo de pessoa e apresentando técnicas para otimizar atividades rotineiras como a simples leitura de e-mails.

Administração do Tempo atende a todos que querem aprender a organizar seu tempo com estratégias eficazes para lidar com o estresse corre-corres noites mal dormidas perda de concentração má alimentação sedentarismo acúmulo de funções etc.

Ler esta obra e exercer poder sobre o tempo com certeza trará resultados surpreendentes.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)