O PONTO DE PARTIDA

O primeiro passo para **PARAR DE PROCRASTINAR**, é saber com clareza o que exatamente você quer parar de procrastinar.
Só assim, você conseguirá dar os próximos passos em direção a uma vida muito mais leve e **produtiva**.

Para isso, siga os passos abaixo:

mão na massa

1. FAÇA UM DOWNLOAD MENTAL DE 2022

Liste tudo que você quer, precisa, gostaria, deveria fazer ainda em 2022.
- COMPROMISSOS
- TAREFAS DO TRABALHO
- PENDÊNCIAS
- LUGARES QUE QUER IR / VIAGENS QUE QUER FAZER
- O QUE PRECISA ORGANIZAR
- O QUE PRECISA COMPRAR
- O QUE PRECISA SE DESFAZER
- DECISÕES QUE PRECISA TOMAR
- CONTAS QUE PRECISA PAGAR
- PRAZOS QUE PRECISA CUMPRIR
- PROJETOS QUE PRECISA ORGANIZAR
- ETC

2. DEFINA O SEU TOP 25

Com um marca texto, selecione "apenas" 25 itens da sua lista.

3. TOP 5

Se você pudesse escolher apenas 5 para realizar ainda em 2022, quais seriam as demandas?

4. TOP 1

Se você pudesse fazer uma única coisa ainda em 2022, qual seria a sua prioridade?

Futuramente, você poderá aplicar essa mesma técnica usando o período de tempo que quiser (5 anos, 3 anos, 6 meses, etc).

compartilhe a sua jornada no nosso grupo! ;)