



Mind News

Informativo para seu bem-estar emocional - n° 5

Prioridades

As prioridades indicam onde devemos investir nosso tempo, nossa energia e nosso dinheiro. Quando assim agirmos, pararemos de gastar nosso precioso tempo com pessoas ou coisas que nada agregam a nós. Uma certeza existe na vida: um dia morreremos. Não sabemos nem como nem quando. A morte é um assunto tabu, as pessoas evitam falar sobre isto, mas o fato é que quando encaramos a morte de frente, muitas coisas se aclaram e podemos viver melhor. Como não temos todo o tempo que gostaríamos, temos limites, as prioridades tornam-se algo fundamental para vivermos melhor.

Eu pessoalmente classifico minhas prioridades com 3 letras: **A** para aquelas que exigem ações imediatas, que são urgentes e essenciais; **B** para coisas importantes, talvez não tão urgentes e que podem ser adiadas sem grandes consequências; **C** para coisas sem grande importância, coisas que podem até deixar de serem feitas sem grandes problemas. Esta classificação vale para atividades que iremos realizar, mas vale também para pessoas, para relacionamentos, para eventos, enfim, para tudo.

Usualmente damos prioridade para coisas urgentes. É a chamada “tirania do urgente”. Mas muitas vezes não são coisas essenciais, não agregam valor. Sucessivos adiamentos, o “empurrar com a barriga” nos levam a urgências por não ter feito o que precisaria ter sido feito no tempo adequado.

Tem coisas que eu gosto e invisto meu tempo, energia e dinheiro, e eu fico feliz. Mas tem coisas das quais eu não gosto e nelas eu tenho de investir tempo, e aí eu me sinto escravo das obrigações. E finalmente tem coisas que eu gosto e não invisto nada nelas, deixando-me triste e desmotivado. Uma mudança de prioridades pode resolver esta dificuldade.

Na vida podemos classificar atividades e pessoas em “eu quero” ou “tem que”. No caminho da felicidade buscamos maximizar os “eu quero”, e os “tem que” não podem ser totalmente eliminados. Aqui também prioridades definidas ajudam.

Quando definimos prioridades teremos uma base melhor para dizer “sim” ou “não” para as possibilidades que se apresentam. O coaching e a mentoria ajudam muito, com algumas poucas reuniões, presenciais ou online, trazendo benefícios muito maiores que os custos de estar sempre com prioridades mal definidas.



Gustavo G. Boog é coach, mentor, escritor e consultor na Boog Consultoria. É Engenheiro, Mestre em Administração de Empresas, acadêmico de Psicologia e especializado em Mentoria e Coaching Sistêmico (Constelações). Conduz projetos de desenvolvimento para que o potencial de cada pessoa possa se realizar, sejam jovens, adultos ou idosos.



+ 55 (11) 99137-7691



gustavo@boog.com.br