

## TESTE – VOCÊ É PROCRASTINADOR?

**Caro cliente, este é o resultado do seu teste!**

**Se você vive deixando algo para depois, logo saberá os motivos e os pontos de melhoria que devem ser observados na sua rotina e evitar as armadilhas da procrastinação.**

**Então vamos aos resultados:**

**Menos de 8 pontos:** Você enxerga o essencial e distingue quais as prioridades do agora e do que pode deixar para depois. Sabe estabelecer prioridades e resolver questões que demandam resposta imediata. Sabe distinguir o valor de cada trabalho numa escala de prioridades, por isso, não se preocupa se algo ficou por fazer, pois podem, com certeza, esperar um pouco para que sejam resolvidos. As obrigações são muito importantes para você e procura sempre evitar problemas de ordem financeira e tornar a vida mais difícil, na medida do possível.

**De 8 a 12 pontos:** Você deve parar e refletir o que é prioridade na sua vida. Não se pode escolher tudo de uma vez. Acaba não fazendo nada. Nota-se que você é muito requisitado e sua vida em geral fica tensa e demasiadamente cheia de atividades, muitas vezes que não são de sua responsabilidade. Se concentra excessivamente em várias tarefas e acaba deixando algumas pelo caminho ou até desistindo, inclusive daquelas que são mais importantes pessoalmente.

**Mais de 12 pontos:** Seu excesso de perfeccionismo atrasa as questões prioritárias da sua vida. Por isso, acaba não conseguindo distinguir tarefas importantes. Você tornou-se escravo de suas tarefas e cada vez assume mais, sem perceber que isso o leva a uma preocupação constante, uma completa exaustão. Não será tão simples assim, mas deve saber delegar mais, se for o caso, e decidir com clareza quais atividades exigirão mais de você e estabelecer limites. Faça um quadro de prioridades de tarefas para gerenciar melhor seu trabalho e seu tempo.

**Obrigado por responder nosso teste!**