

Christian Barbosa

A TRÍADE DO TEMPO



Um modelo comprovado
para organizar sua vida e
aumentar sua produtividade
e seu equilíbrio

"Este livro mudou a minha vida." – Gustavo Cerbasi,
autor de *Casais inteligentes enriquecem juntos*



SEXTANTE

wikilivros

A tríade do tempo

É cada vez mais difícil encontrar alguém que não se sinta sobrecarregado. Assumimos compromissos em excesso, nunca conseguimos dar conta de todo o trabalho que temos a fazer, não nos dedicamos à família e muito menos a nós mesmos. Temos a sensação de que as 24 horas do dia não são suficientes para realizarmos todas as nossas tarefas. A Tríade do Tempo é um conceito criado pelo consultor Christian Barbosa para mostrar que nossas atividades podem ser divididas em três grandes esferas – urgente, importante e circunstancial – e que o equilíbrio dessas categorias está diretamente relacionado à nossa qualidade de vida. Para manter a harmonia na tríade composta por família, trabalho e lazer, o autor faz você repensar como tem distribuído seu tempo e o ajuda a ter melhores resultados nessas três esferas. Este livro apresenta uma inovadora metodologia de gestão do tempo, fruto de pesquisas e estudos com mais de 42 mil pessoas sobre os atuais problemas de produtividade e organização pessoal. O resultado é uma ferramenta simples e totalmente adaptada à realidade do século XXI.

[Clique aqui para obter este livro](#)