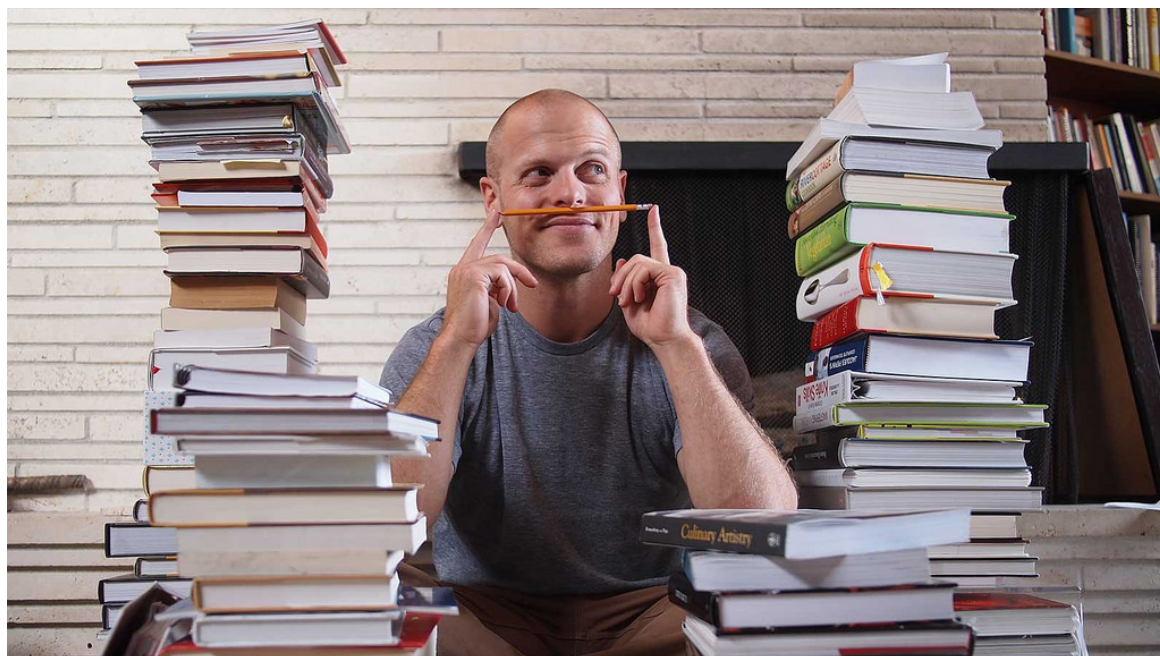


# Tim Ferriss: o que tanto aprendemos com ele sobre produtividade

Precisando de algumas dicas de produtividade? Ler os livros ou ouvir o podcast do Tim Ferriss pode mudar a sua vida. O autor tem inspirado uma geração inteira e ficou meses nas listas de best-sellers.

Neste artigo, vamos falar sobre quem é esse cara e o que tanto aprendemos com ele sobre produtividade.



Tim Ferriss. [Crédito](#).

## Quem é Tim Ferriss

Tim é um escritor, empresário, investidor-anjo, blogueiro, palestrante e apresentador de podcasts norte-americano. Ficou conhecido no mundo do empreendedorismo depois de lançar seu primeiro livro “Trabalhe 4 Horas por Semana”.

A obra ficou sete anos consecutivos aparecendo nas listas de bestsellers e aproveitando o sucesso ele lançou mais dois livros: “4 Horas para o Corpo” e “O Chefe de Cozinha de 4 Horas”. Além da “trilogia das 4 horas”, ele também tem outras

obras relevantes, que vamos discutir a seguir.

Hoje, Tim Ferriss também é membro do conselho de algumas startups como Facebook, Twitter, Evernote, dentre outras. Foi ainda eleito pela Fast Company como a “Pessoa de Negócios mais Inovadora”.

Um de seus melhores trabalhos é o podcast Tim Ferriss Show que, com mais de 200 milhões de plays, foi selecionado como o melhor do iTunes por três anos consecutivos. Em uma palestra no TED mais recente, Tim falou sobre como lida com a tomada de riscos em sua vida e supera seus medos:

Para dar conta de tudo isso, Tim está sempre em busca de formas de se tornar mais produtivo. Por isso, seu trabalho trouxe muitas ideias para nós sobre como executar melhor nosso trabalho.

Vamos falar sobre o principal livro de Tim Ferriss e o que mais ele tem para nos oferecer.

## Trabalhe 4 Horas Por Semana

Com este livro, Tim Ferriss pretende mudar a forma como o leitor olha para o trabalho. Com base em experimentos próprios, ele afirma que existem formas de fazer exclusivamente o que se gosta e ainda ter uma vida confortável – o que contraria o modelo de “trabalhar a vida toda até aposentar para começar a viver”.

Tim explica que sim, é possível trabalhar apenas 4 horas por semana. Mas o propósito do livro não é ensinar a fazer exclusivamente isso. A intenção é sempre fazer o que traz sentido para a sua vida.

Para conquistar esse feito, ser produtivo é essencial. Gastamos muito tempo de nossas vidas procrastinando e poderíamos utilizá-lo para ser mais livres. Vamos aos ensinamentos principais.

Muito da obra de Tim é baseada na atitude DEAL, que é essencialmente uma forma de levar a vida. Ele explica que para ter um estilo de vida de um milionário, você não precisa

necessariamente de dinheiro, mas de tempo e mobilidade. Para alcançar isso, Tim criou o modelo DEAL:

## **D: Definição – substitua as premissas que o bloqueiam**

Tim sugere que para ter sucesso com a sua semana de 4 horas de trabalho, você deve redefinir a sua atitude. Ele trabalha com as seguintes premissas:

- **Faça agora:** não deixe as coisas para amanhã. Saia da sua zona de conforto e tenha coragem para tomar decisões, por mais difíceis que elas sejam.
- **Fuja do convencional:** para ser diferente da maioria das pessoas, você deve tomar atitudes que não são tidas como convencionais. Por isso, faça coisas como reduzir seus sacrifícios – é possível conquistar mais fazendo menos!
- **Supere os medos:** quando você encontrar algo que traz medo, pergunte a si mesmo qual é a pior coisa que pode acontecer. Depois de ter a resposta, crie um plano para superar isso.

## **E: Eliminação – ignore o que não importa em vez de tentar encaixar tudo apenas com a gestão do tempo**

Para conquistar a semana de 4 horas de trabalho, você precisa eliminar tudo que não traz resultados claros e focar no que é realmente importante.

- **Foque no que é importante:** Tim Ferriss explica o princípio de Pareto, também chamado de regra 80/20. Na maioria das situações, 20% do trabalho produz 80% dos resultados. Por isso, concentre-se naquilo que tem mais impacto, os 20%.
- **Elimine os desperdiçadores de tempo:** elimine os maiores desperdiçadores, como e-mails dispensáveis, telefonemas

desnecessários, reuniões, etc. Antes de marcar uma reunião, avalie se é realmente necessária.

## **A: Automação – aprenda a ganhar dinheiro no piloto automático**

Aqui está o principal segredo que Tim Ferriss traz neste livro. Automatizar seu trabalho é a melhor forma de trabalhar menos.

- Faça outsourcing da sua vida: hoje, podemos criar fontes de renda diretamente da internet, sem precisar se envolver muito. Encontre o seu jeito!
- Encontre novas ideias e oportunidades: não fique parado em apenas uma fonte. Encontre novas oportunidades de receita e investimento.

## **L: Libertação – torne-se independente de localização, sendo possível trabalhar de qualquer lugar**

Aproveite a conquista da fonte de renda automatizada. Dicas:

- Gerencie através da ausência: seu negócio pode funcionar sem você. Dê autonomia às pessoas para elas tomarem decisões por você.
- Viaje o mundo: ou tenha outro objetivo que vá fazer você trabalhar menos. É possível ter a experiência da aposentadoria antes de chegar lá.

[Saiba mais sobre este livro aqui.](#)

## **Tim Ferriss sobre o Trabalhe 4 Horas Por Semana hoje em dia**

Em seu podcast, Tim Ferriss respondeu a algumas perguntas 10 anos depois de lançar o Trabalhe 4 Horas Por Semana. Dois

insights interessantes que tiramos dele:

- Quando Tim estava tentando escrever o livro, suas duas primeiras tentativas falharam. A primeira porque ele queria soar inteligente e acabou com um texto muito acadêmico. A segunda porque estava tentando ser engraçado e descolado demais. Ele finalmente conseguiu na terceira tentativa. O que ele fez foi escrever como se fosse para seus amigos, que passavam por situações de prisão no emprego. Isso fez a audiência se identificar e por isso continua sendo lido por todo o mundo.
- Tim admite que o livro tem um tom agressivo e seco às vezes. Mas isso é para instigar as pessoas a seguirem as proposições, o que pode ter um impacto positivo na vida. Ele sugere que quem está lendo pela primeira vez tente entender isso e não deixar de ler mesmo quando acreditar que ele está sendo impositivo.
- Os exercícios que ele sugere não são para ser feitos uma vez e pronto. Devem ser repetidos ao longo da vida para que os resultados fiquem cada vez melhores.
- Mas não se deixe levar totalmente só pelos exercícios e táticas. Se você se prender apenas a isso pode não absorver as coisas certas. Procure compreender o material de forma holística.

Se você quiser ouvir o episódio em que Tim Ferriss revisita o livro, [clique aqui](#).

## Outros livros de Tim Ferriss

E aí, o que achou dos ensinamentos de Tim sobre produtividade? Você também pode ler outros títulos do autor na plataforma, dentre eles o [Tools of Titans](#) e [4 Horas para o Corpo](#). Faça um trial e leia o microbook mesmo!

Ainda disponibilizamos versões em áudio e você pode acessar os textos pelo aplicativo para [Android](#) ou para [iOS](#).