

## **ALTERNÂNCIA DE TAREFAS** (ALTERNANCIOLOGIA)

### **I. Conformática**

**Definologia.** A *alternância de tarefas* é a aplicação da técnica das mudanças dos trabalhos em andamento, principalmente quando intelectuais, com o propósito de ampliar a automotivação laboral e incrementar o rendimento intelectual e psicomotriz pessoal e até grupal, com a passagem de determinada tarefa para outra sem perder o posicionamento da primeira tarefa.

**Tematologia.** Tema central neutro.

**Etimologia.** O termo *alternância* deriva provavelmente do idioma Francês, *alternance*, e este do verbo do idioma Latim, *alternare*, “alternar; fazer alternadamente; fazer ora um, ora outro; revezar”. A palavra *alternar* apareceu no Século XVI. O vocábulo *alternância* surgiu no Século XIX. O termo *tarefa* provém do idioma Árabe, *tarîha*, “quantidade de trabalho que se impõe a alguém”, derivado de *tarah*, “lançar; arrojá-lo; impor a aquisição de alguma mercadoria a determinado preço”. Apareceu no Século XVI.

**Sinonimologia:** 01. Alternância de tarefas. 02. Alternância de trabalho. 03. Alternância funcional. 04. Alternância laboral. 05. Alternância funcional. 06. Alternância funcional. 07. Revezamento de tarefas. 08. Revezamento de trabalho. 09. Mudança de tarefas; variação de trabalho. 10. Alternativa temporal; repetição intervalada de tarefas; rodízio de ocupações; rotação das atividades.

**Cognatologia.** Eis, na ordem alfabética, 24 cognatos derivados do vocábulo *alternância*: *alternação*; *alternada*; *alternado*; *alternador*; *alternadora*; *alternante*; *alternantera*; *alternar*; *alternativa*; *alternativo*; *alternato*; *alternatura*; *alternável*; *alternidade*; *alterniflóreo*; *alternifloro*; *alternifoliado*; *alternifólio*; *alternípede*; *alternipenado*; *alternipene*; *alternipétalo*; *alternissépalo*; *alternio*.

**Neologia.** As 3 expressões compostas *alternância de tarefas físicas*, *alternância de tarefas intelectuais* e *alternância de tarefas parapsíquicas* são neologismos técnicos da Alternanciologia.

**Antonimologia:** 01. Tarefa contínua. 02. Trabalho contínuo. 03. Trabalho de rotina. 04. Repetição laboral inalterada. 05. Serviço desagradável. 06. Tarefa enfadonha; trabalho monótono. 07. Encargo aborrecido; ramerrão fastidioso. 08. Incumbência tediosa. 09. Trabalho de Hércules. 10. Alternância ressonância-dessoma.

**Estrangeirismologia:** o *job rotation*.

**Atributologia:** predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto às autodisposições físicas e intelectuais.

### **II. Fatuística**

**Pensenologia:** o holopenses pessoal da autoprodutividade proexológica; os prioropenses; a prioropensenidade; os evolucionopenses; a evolucionopensenidade; os nexopenses; a nexopensenidade; os ortopenses; a ortopensenidade; a autopensenização retilínea.

**Fatologia:** a alternância de tarefas; a sequência de atividades na qual cada elemento tem a mesma importância; a alternância de tarefas administrativas; a relação de contraste entre os trabalhos pessoais e grupais; o desafio dos trabalhos prioritários; a marcação de prazos fatais; a intercalação das tarefas distintas; a tarefa de fundo; a disposição em ordem alternada; a sucessão de esforços alternadamente no espaço e no tempo; a alternância no trato com os documentos; a alternância nas digitações dos textos pessoais; a quebra da rotina laboral; o estímulo-extra ao trabalho; a autorganização pessoal; o plano de trabalho pessoal; a distribuição das tarefas conforme o próprio biorritmo; a alternância de tarefas com diferentes requisitos; os diferentes níveis de dificuldade; os diversos graus de esforço necessário; os variados percentuais de atenção requerida; a ma-

nutrição do ritmo de trabalho sem sobrecargas; a ocorrência de rotação dos postos de trabalhos; a profilaxia da saturação quanto ao exercício laboral; a automotivação mantida em alto nível; a retilinearidade laboral; a rotina prolífica; a otimização da produtividade pessoal; a rotatividade inteligente dos autesforços; o ritmo harmonioso do trabalho pessoal; a versatilidade das pessoas; a polivalência dos temperamentos; a multifuncionalidade dos talentos; a alternância de tarefas no grupo evolutivo; a reciprocidade dos intercâmbios úteis entre as conscins.

**Parafatologia:** a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; o ato de entremear as atividades com diferentes predomínios holossomáticos; a preservação do holossoma sem cansaço excessivo ou ociosidade.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo mudança de tarefa–incremento da automotivação*.

**Principiologia:** o *princípio da autonomia funcional aplicado com inteligência*.

**Codigologia:** o *código pessoal de Cosmoética (CPC)*.

**Teoriologia:** a *teoria da alternância de valores de diferentes intensidades*.

**Tecnologia:** a *técnica da circularidade*.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da autorganização*.

**Colegiologia:** o *Colégio Invisível dos Proexistas*.

**Efeitologia:** os *efeitos evoluídos da desburocratização das tarefas pessoais*.

**Ciclogologia:** o *ciclo de fases laborais, recorrentes, distintas ou opostas*.

**Enumerologia:** a *repetição laboral*; o *ritmo laboral*; o *turno laboral*; o *rodízio laboral*; o *revezamento laboral*; a *alternidade laboral*; a *mudança laboral*.

**Binomiologia:** o *binômio alternância laboral–distribuição temporal*.

**Interaciologia:** a *interação tarefa psicomotora–tarefa mentalsomática*; a *interação tarefa teórica–tarefa prática*.

**Crescendologia:** o *crescendo dinâmica laboral–potencialização da eficácia*.

**Trinomiologia:** o *trinômio definição–distribuição–alternação das tarefas*.

**Polinomiologia:** o *polinômio tarefa-espaco-tempo-intervalo*.

**Antagonismologia:** o *antagonismo trabalho alternado / trabalho contínuo*.

**Paradoxologia:** o *paradoxo alternância de tarefas sem descontinuidade produtiva*.

**Politicologia:** a *alternância da chefia do governo brasileiro – a política do café com leite* – ou o *acordo tácito, nas 3 primeiras décadas do Século XX, entre os Estados de São Paulo e Minas Gerais*.

**Legislogia:** a *lei do maior esforço*.

**Filiologia:** a *neofilia*; a *evoluciofilia*.

**Holotecologia:** a *metodoteca*; a *tecnoteca*; a *experimentoteca*.

**Interdisciplinologia:** a *Alternanciologia*; a *Autoproexologia*; a *Intrafisiologia*; a *Somatologia*; a *Fisiologia*; a *Ergonomia*; a *Antropobiologia*; a *Reeducaciologia*; a *Evoluciofilia*; a *Priorologia*.

### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*.

**Masculinologia:** o *acoplamentista*; o *agente retrocognitor*; o *amparador intrafísico*; o *atacadista consciencial*; o *autodecisor*; o *intermissivista*; o *cognopolita*; o *compassageiro evolutivo*; o *completista*; o *comunicólogo*; o *conscienciólogo*; o *conscienciômetra*; o *consciencioterapeuta*; o *macrossômata*; o *conviviólogo*; o *duplista*; o *duplólogo*; o *proexista*; o *proexólogo*; o *reeducador*; o *epicon lúcido*; o *escritor*; o *evoluciente*; o *exemplarista*; o *intelectual*; o *reciclante existencial*; o *inversor existencial*; o *maxidissidente ideológico*; o *tenepessista*; o *ofeixista*; o *paraper-*

cepciologista; o pesquisador; o projetor consciente; o sistemata; o tertuliano; o verbetólogo; o voluntário; o tocador de obra; o homem de ação; o pré-serenão alternante.

**Femininologia:** a acoplamentista; a agente retrocognitora; a amparadora intrafísica; a atacadista consciencial; a autodecisora; a intermissivista; a cognopolita; a compassageira evolutiva; a completista; a comunicóloga; a consciencióloga; a conscienciômetra; a consciencioterapeuta; a macrossômata; a convivióloga; a duplista; a duplóloga; a proexista; a proexóloga; a reeducadora; a epicon lúcida; a escritora; a evoluciente; a exemplarista; a intelectual; a reciclante existencial; a inversora existencial; a maxidissidente ideológica; a tenepessista; a ofiexista; a parapercepciologista; a pesquisadora; a projetora consciente; a sistemata; a tertuliana; a verbetóloga; a voluntária; a tocadora de obra; a mulher de ação; a pré-serenona alternante.

**Hominologia:** o *Homo sapiens alternator*; o *Homo sapiens laborator*; o *Homo sapiens proexologus*; o *Homo sapiens laborans*; o *Homo sapiens experiens*; o *Homo sapiens perquisitor*; o *Homo sapiens vigilans*; o *Homo sapiens methodologus*; o *Homo sapiens expertus*.

## V. Argumentologia

**Exemplologia:** alternância de tarefas *físicas* = a aplicação da técnica das mudanças alternadas dos trabalhos mecânicos, orgânicos ou fisiológicos; alternância de tarefas *intelectuais* = a aplicação da técnica das mudanças alternadas dos trabalhos mentais ou intelectivos; alternância de tarefas *parapsíquicas* = a aplicação da técnica das mudanças alternadas dos trabalhos envolvendo a multidimensionalidade ou os fenômenos paraperceptivos.

**Culturologia:** a *cultura da operosidade evolutiva*.

**Evitaciologia.** Na vida laboral diligente, quem de fato se empenha *veste a camisa* e evita *enrolar a bandeira, fazer água* ou *fazer cera*.

## VI. Acabativa

**Remissologia.** Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 10 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a alternância de tarefas, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Administração da vida intelectual:** Experimentologia; Homeostático.
02. **Alternância interdimensional:** Projeciologia; Homeostático.
03. **Desembarço intelectual:** Mentalsomatologia; Homeostático.
04. **Escolha evolutiva:** Experimentologia; Homeostático.
05. **Holopensene criativo:** Heuristicologia; Homeostático.
06. **Pesquisador independente:** Experimentologia; Homeostático.
07. **Repetição paciente:** Experimentologia; Homeostático.
08. **Rotina útil:** Intrafisiologia; Homeostático.
09. **Sistemata:** Experimentologia; Neutro.
10. **Turno intelectual:** Mentalsomatologia; Homeostático.

**A TÉCNICA DA ALTERNÂNCIA DE TAREFAS É ALTAMENTE RECOMENDADA QUANDO A CONSCIN LÚCIDA AMPLIA O UNIVERSO DE MANIFESTAÇÕES CRIATIVAS ABRAGENDO E DIVERSIFICANDO A REALIZAÇÃO DA AUTOPROÉXIS.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, aplica a técnica da alternância de tarefas no universo da autoproéxis? Em quais linhas de atividade?