

ЗНАНИЕ

Знание. Карьера

Тайм-менеджмент как ключевой
навык будущего

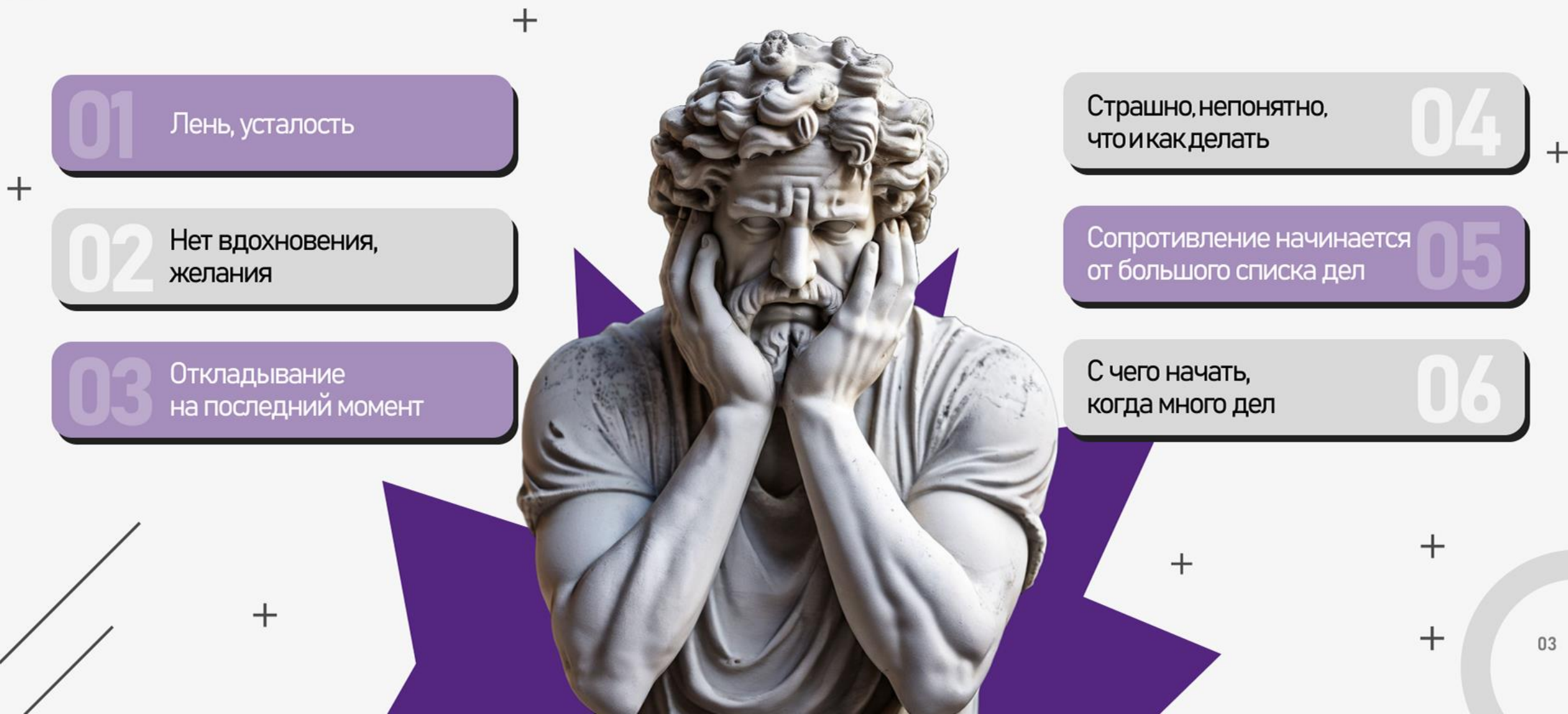


ЗНАНИЕ



Рады вас видеть!
Подтвердите участие
по QR-коду

Препятствия в тайм-менеджменте



Принципы тайм-менеджмента



+

**Не хватает
энергии**



Нужно уметь восстанавливать энергию, выделять время на качественный отдых.

**Страх
совершить
ошибку**



Важно действовать. Не останавливаться, когда совершил ошибку.

**Нет понимания,
зачем это делать**



Каждое наше действие должно быть осозанным!

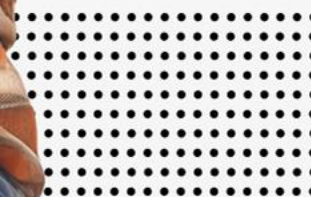
**Огромное
количество
дел**



Выписать каждое дело. Написать его срочность. Начать постепенно выполнять.



Принципы тайм-менеджмента



+

Перед тем как заняться планированием,
нужно провести аналитику своей жизни,
времени и энергии.

Полон энергии

В режиме энергосбережения

Энергия заканчивается

Энергия на нуле

+





Несколько советов



+

01

Не планируйте слишком плотно,
оставляйте время на передышки

02

Оптимизируйте всё,
что возможно

03

Всегда оставляйте время
на форс-мажоры

04

Делите большие дела
на маленькие и прописывайте
их в месячный или годовой план



+

+

Дополнительные материалы



ЗНАНИЕ



Станем лучше для вас.
Поделитесь впечатлениями