



5 советов по тайм-менеджменту

Команда Educoin разработала чек-лист, который увеличит вашу продуктивность в рабочие дни

Расставляйте приоритеты

- С этим поможет задание "Колесо баланса", выделите основные сферы жизни и определите степень вашего удовлетворения ими. Те сферы, которыми вы недовольны и будут вашими приоритетными

Матрица Эйзенхауэра

- Распределите дела на 4 столбца
Срочные и важные Срочные и неважные Несрочные важные Несрочные неважные

Планируя день, учитывайте свой биоритм

- Не ставьте важные и сложные решения на вечер, если вы "жаворонок" и к этому времени уже мечтаете о сне

Планируйте день заранее и подводите итоги каждый вечер

- Сверяйте свои желания и цели с планами на день, формируйте список

дел на сегодня, на неделю, на месяц

Правило 9 дел

Планируя свой день, ставьте не больше 9 дел

1 большое 3 средних 5 маленьких

Создано с помощью онлайн сервиса Чек-лист | Эксперт: <https://checklists.expert>

как это убрать?