

زمان، با ارزش قرین دارایی

این جمله کلیدی است، زمان
با رژیشن دارایی ماست. اگر
نواییم به راحتی آن را مدیریت
کنیم از مسیر اصلی و اهدافمان دور می‌شویم. وقت خود را
از زمان مند بدانید و اجازه ندهید به هر طریقی از دست برود و
برای تکلیخ حفظاتتان برنامه‌بری کنید.

مدیریت زمان تانیز فراوانی بر موقعیت و پیشرفت و
رضایتمندی از زندگی دارد. برای انجام هر کاری وقت
مشخص در نظر بگیرید و بدور از تمامی حواشی پذیرنال
نتیجه مورد نظرتان باشید. ضعف در مدیریت زمان در اغلب
موارد ناشی از مشکلات و چالش‌های دیگری است که در

قالب کمود و قتل نمایان می‌شود. اولویت‌بندی یکی از
مهارت‌های ضروری زندگی است که در اغلب موارد منجر به
نتیجه توانمندی‌های مامی شود.

مهترین کارهای تان را اول صحیح پایان بینامه دقیق و فشرده
انجام دهد تا در نیمه روز بخشنده ممکنی از کارهای تان را

انجام داده باشید. ضعف در مهارت حل مسأله و توجه
پیش از جزوی است، انگیزه غصه از دنیا

تعارف کردن‌های بی‌مود و غرق شدن در شکوه‌های مجازی
از جمله موادی است که باعث افق و قلت ازیز مامی شود.

تمزک شرط اصلی مجازم هر کاری است، قبل از انجام هر کار
کارنمکر کنید.

بعد از ۴۰ دقیقه فعالیت ۱۵ دقیقه به ذهن تان استراحت
دهید، ضعف در مدیریت ارزی و در نظر نگرفتن ساعتی برای

استراحت و تفریغ، بازدید ما را بهشت کاهش می‌دهد.

برای حفظ شادی خود حداقل روزی ۱۵ دقیقه و روش بدن

خوب بخوابید و مسی کنید، زبانه‌زنی تان را باقابنده و بدن

هیچ فشاری تقطیم کنید.

طبیعی است که با توجهی به مشکلات احسان کنیم
که ممکن اصلی ماسکبود وقت است و احساس کنیم

با مدیریت زمان می‌توانیم انساع مشکلاتی را که در کار و
زندگی روزمره خود بآن مواجه هستیم مدیریت کنیم

و کاهش دهیم. مدیریت زمان مهارتی است که اگر بر آن
سلط شوید با رضایتمندی بیشتری به تمامی جنبه‌های

زندگی تان مرسید.

زندگی تان مرسید.