

Как всё успеть?





Как можно успевать делать то, что нравится, если времени хватает только на то, чтобы сделать задания по абсолютно ненужным мне предметам?



Правильно расставляй приоритеты

**Забей на ненужные
предметы**

**Делай только то, что
интересно ТЕБЕ**

Гонись за знаниями

**Никогда не подстраивайся под чужие
приоритеты – имей свои**



«Если с утра съесть живую лягушку, остаток дня обещает быть чудесным, поскольку худшее на сегодня уже позади»

Поставь самые неприятные и сложные дела в начале и пытайся скорее их сделать

Похвали себя за то, что выполнил то, что делать не хотелось, но надо было

Приступи к «десерту»: время для дел, которые приносят удовольствие



Планируйте каждый промежуток времени так, где каждая свободная минута отведена под конкретное дело



Дедлайны действительно помогают работать эффективнее и продуктивнее.

~~У меня нет на это времени~~

Подними свою пятую точку с кровати на час раньше

«Я встаю в 4 утра и иду на пробежку, потому что знаю, что мой противник в это время еще спит. Это дает мне преимущество», — говорил Майк Тайсон

Источник всех наших бед???



На самом деле, вот главный источник



**Закрой все приложения, заранее покушай и
посвяти себя работе!**



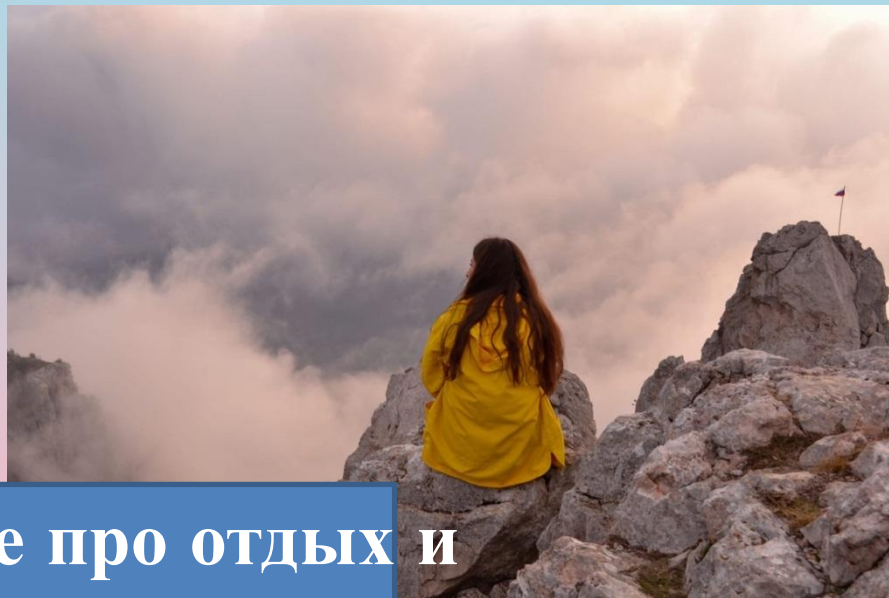
**И никаких холодильников и
инстаграмов!**

Как успеть все сразу? Ответ – никак.

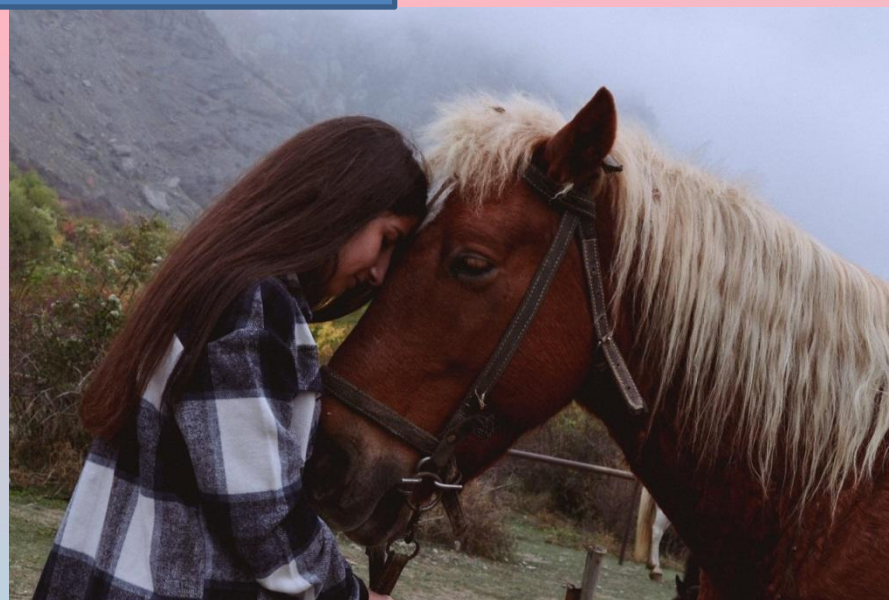
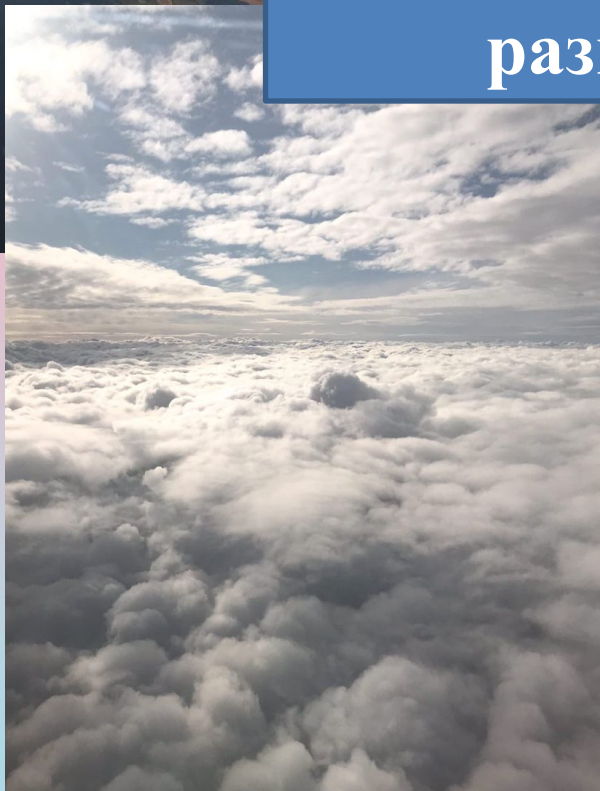
Делайте работу постепенно, по мере ее поступления.

Не разрывайтесь в несколько мест сразу, если не уверены, что сможете сделать качественно

В свободное время добавляйте работу, которая не требует сильной нагрузки



Не забывайте про отдых и разгрузку



Ну, и в конце, шевели булками!

P.S. Я в тебя верю!