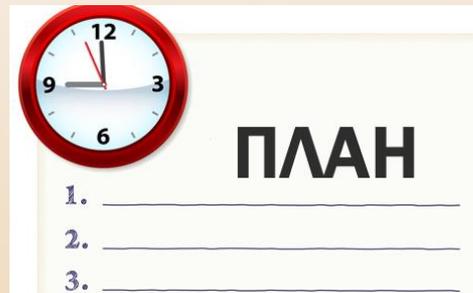


Тайм-менеджмент

**- Система управления временем,
своими действиями во времени**







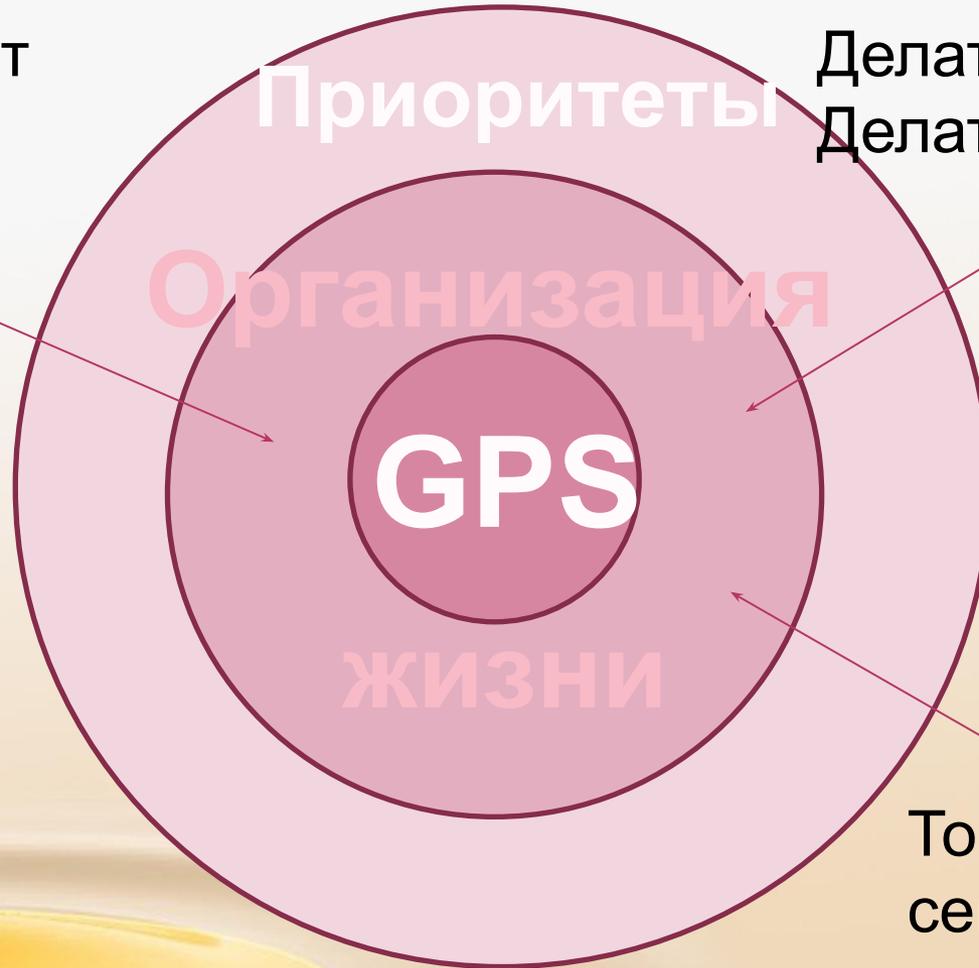
Человек с ТМ



Навыки ТМ

Точный расчет
времени на
конкретные
задачи

Делать, Думать,
Делать



То, что не начато
сегодня, не
закончить завтра

Как мы воспринимаем время?

- Быстрее-медленнее



- Включенное-сквозное

- Велосипедист-Гольфист-Альпинист

Время – деньги –
РЕСУРС!



Куда вложить?



Матрица Сыча

Важно



Срочно

0





Матрица Сыча

Важно





«Приоритеты 24»

время	Дело			
18.00- 19.00	Ужин			





«Приоритеты 24»

время	Дело	Зачем		
18.00-19.00	Ужин	Чтобы организм чувствовал себя хорошо		





«Приоритеты 24»

время	Дело	Зачем	Приоритет	
18.00-19.00	Ужин	Чтобы организм не помер	A/B/C/D A – основные жизненные цели, приоритеты B - вопрос должен быть решен, но он не относится к жизненно важным целям C - можно на некоторое время отложить D – бесполезная трата времени	

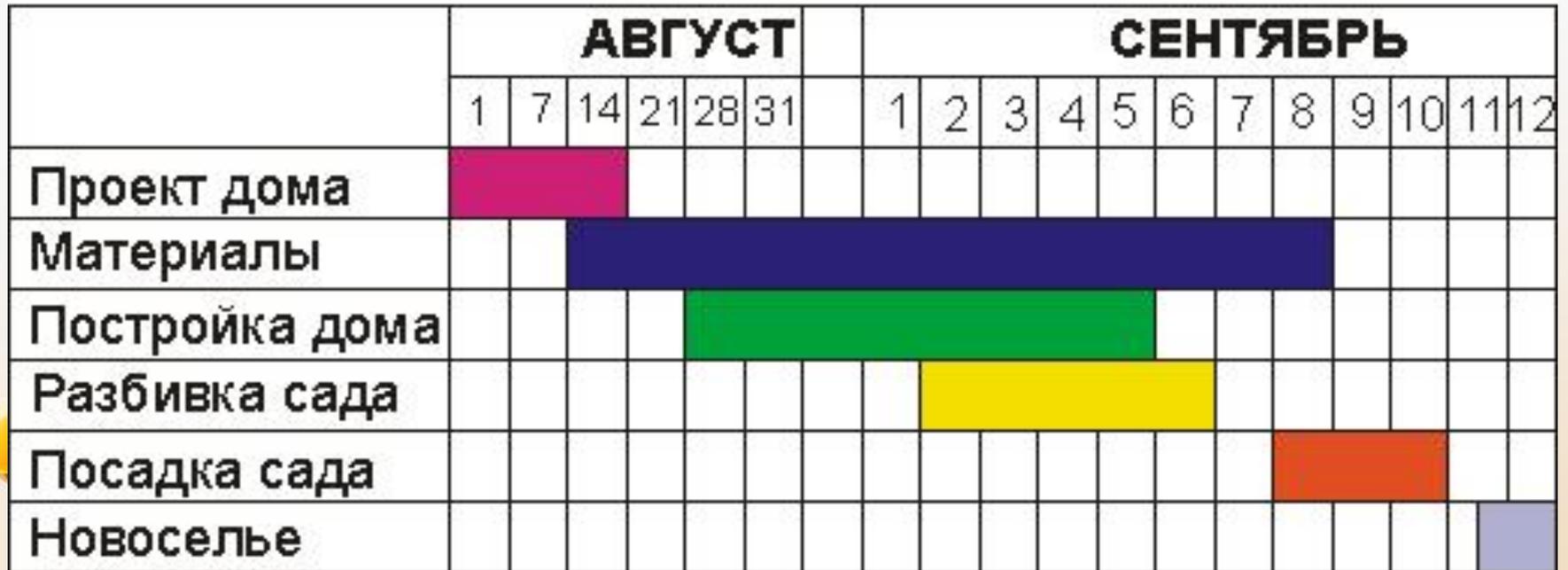


«Приоритеты 24»

время	Дело	Зачем	Приоритет	К какой цели приближает
18.00-19.00	Ужин	Чтобы организм не помер	A	Здоровое тело, (если ужин включает правильное питание)



ДИАГРАММА ГАНТА



Обратное планирование

