

Bibliyotèk Gratis – Gid #010

Baz Jesyon Tan

DonDada The Resetter™

Yon Gid Transfòmasyon Rapid • Bibliyotèk Gratis

Byenveni

Jesyon tan pa vle di fè plis bagay. Li vle di bay plis tan ak sa ki vrèman enpòtan. Lè ou planifye tan ou ak entansyon, ou diminye estrès epi ou ogmante pwodiktivite.

Pawòl DonDada

"Kalandriye ou montre priyorite ou anvan menm pawòl ou fè sa." — DonDada The Resetter™

Kad Jesyon Tan an

1. Mete Priyosite - Chwazi twa travay ki pi enpòtan yo.
2. Planifye - Mete yo nan orè ou an premye.
3. Pwoteje Tan Ou - Evite distraksyon pandan w ap travay.
4. Travay ak Rit - Travay pa blòk epi pran ti poz.
5. Revize - Gade sa ki mache epi prepare pou demen.

Egzanp

Olye ou kòmanse maten an ak rezo sosyal oswa imèl, fini premye travay ki pi enpòtan an avan tout lòt bagay.

Fèy Travay Ou

- ☐ Ki kote pifò tan mwen pase?
- ☐ Kisa ki pi souvan distrè mwen?
- ☐ Ki twa pi gwo priyorite mwen semèn sa a?
- ☐ Kisa mwen ka retire pou gen plis tan?

Defi Jesyon Tan 3 Jou

Pandan twa jou, planifye jounen ou davans, fè travay ki pi enpòtan an an premye, epi pase senk minit chak aswè pou revize pwogrè ou.

Pwen Kle yo

- Tan ou montre priyorite ou.
- Planifikasyon diminye estrès.
- Konsantrasyon kreye pi bon rezilta.
- Ti amelyorasyon ekonomize anpil tan.

Kontinye Vwayaj Ou

Bibliyotèk Gratis • Bibliyotèk Endividyèl (\$11/chak) • Bibliyotèk Kreyòl (\$25) • Bibliyotèk Tout-an-Yon (\$55) • VIP (\$250) • Resetter's Inner Circle (\$500).

Enfòmasyon sou Gid la

Seri: Starter Guides • Gid #010 • Tan Lekti: 10 minit • Nivo: Debitan