**Jak zarządzać swoim czasem?**

**Każdy z nas powinien zwracać uwagę na jakie czynności poświęcamy swoją uwagę w ciągu dnia. Przeczytaj, artykuł aby dowiedzieć się jak zarządzać czasem w właściwy sposób.**

**Jak zarządzać czasem?**

Nowe technologie i stały dostęp do internetu sprawił, że coraz częściej zamiast przyspieszać nasze działania kieruje naszą uwagę na rozpraszające treści. Jeśli zastanawiasz się, **jak zarządzać czasem** to koniecznie przeczytaj nasz artykuł na ten temat.

**Zarządzaniem swoim czasem pracy**

Pracując na pełen etat często zadajemy sobie pytanie, *jak zarządzać czasem* aby uniknąć nadgodzin. Warto tutaj stosować dokładny plan działania na każdy dzień. Wypisanie sobie zadań z określonym zakresem godzin pomoże nam skutecznie zrealizować każde zadanie. Trzeba jednak pamiętać o tzw. buforze czasowym w razie nieprzewidzianych trudności. Takie gospodarowanie swoim czasem z pewnością przypadnie do gustu naszemu przełożonemu. W końcu porządkowy czas pracy to także łatwiejszy system zarządzania naszymi zadaniami.



**Zarządzanie czasem wolnym**

Kiedy uda nam się zrealizować wszystkie zadania w pracy musimy pomyśleć o czasie wolnym w tygodniu. [Jak zarządzać czasem](https://talentplace.pl/blog/dla-pracodawcow/10-praktycznych-sposobow-na-poprawe-umiejetnosci-zarzadzania-czasem) po południami? Najlepiej skupić się na rozwijaniu swojego hobby oraz odpoczynek. To czas tylko dla nas i najbliższych, dlatego ważne jest również pielęgnowanie relacji z bliskimi. Tutaj również powinniśmy wyznaczać sobie czas na takie przyjemności.