



سلام و درود خدمت دوستان و عزیزان همراه

## چکیده جلسه سوم:

یادمان هست درباره چی صحبت کردیم؟

- \* در مورد آزاد سازی منابع وقت و انرژی و انرژی مغزی و روانیمون و چند تا از سارقان و نحوه کوتاه کردن دستشون از منابعمون صحبت کردیم.
- \* در مورد مدیریت زمان و منابعمون و کمی هم در مورد برنامه ریزی به روش جی تی دی صحبت کردیم
- \* و کمی بیشتر در مورد هدفگذاری و کشف رسالت فردیمون صحبت کردیم

## اقدامات:

1. لیستی از سارقان منابع انرژیتون تهیه کنید؟ و در مرحله بعد برای هر کدام یک اقدام مشخص برای کوتاه کردن دست این سارقان مشخص کنید:

2. منابعتون را چگونه قراره مدیریت کنید؟ از چه روشی برای مدیریت زمان و منابعتون استفاده می کنید؟ آیا بازدهی خوبی برای شما ایجاد کرده؟

3. روش جی تی دی رو یاد بگیرید و حداقل سه هفته کارهاتون را با اون مدیریت و برنامه ریزی کنید.