



Как продуктивно и креативно «войти в Новый год»

1

ИЩЕМ ИСТОЧНИКИ ЭНЕРГИИ.
Составляем список ресурсных занятий. Планируем отдых.

2

**ПРЕВРАЩАЕМ МЕЧТУ
В ЦЕЛЬ, А ЦЕЛЬ — В ПЛАН.**
Мечтаем в формате 5D:
задействуйте все органы чувств,
чтобы ваша картинка не просто
всплывала перед глазами, а еще
и пахла, звучала, ощущалась.
Превращаем мечту в четкую цель.
Составляем план и следуем ему.



5

**ВХОДИМ В РАБОЧИЕ ПРОЦЕССЫ
В СОСТОЯНИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
РАВНОВЕСИЯ.**

3

**ОСВАИВАЕМ ИНСТРУМЕНТЫ
ПЛАНИРОВАНИЯ.** Выпишите
все свои задачи в один список,
а затем разбейте их
по 4 квадратам:
1. Срочные и важные
2. Срочные, но не важные
3. Важные, но не срочные
4. Не важные и не срочные

4

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ.
Исследуйте мир полезных
приложений и найдите
идеально подходящих вам
электронных помощников.