

Kategoria: Styl życia

Opublikowano: czwartek, 14, marzec 2013 23:00

Dawid Kulpa

Odsłony: 1681

Jeżeli codziennie dojeżdżamy do pracy środkami komunikacji miejskiej, to prawdopodobnie tracimy dużo czasu. Według różnych danych w samych korkach spędzamy około godzinę dziennie, co znaczy, że w ciągu dnia tracimy 8,3 % swojego czasu.

Jak zatem spożytkować ten czas, by podróż była naszym aktywem, a nie pasywnem?

Uporządkujmy zaległości

Wykonajmy czynności, na które normalnie nie mamy czasu. Możemy przykładowo przejrzeć zaległą korespondencję, zaplanować swój dzień, dopracować zaległą prezentację, zrobić porządek w dokumentach (w laptopie) itp.

Czytajmy jak najwięcej

Jeżeli podróżujemy tramwajem/autobusem przykładowo przez dwie godziny dziennie, oznacza to, że jesteśmy w stanie przeczytać dwie książki miesięcznie (24 rocznie). Dodatkowo jeżeli wybierzemy mądrą i fachową literaturę, możemy stać się mocnymi teoretykami w wybranej przez nas dziedzinie.

Audiobooki to również dobry pomysł

Jeżeli akurat nie lubimy czytać, wybierzmy tzw. audiobooki (książki nagrane na taśmę lub inną formę przenoszenia dźwięku). Podczas podróży słuchajmy książek z naszego odtwarzacza CD lub Mp3. Książki w formacie dźwiękowym możemy legalnie kupić w internecie.

Przygotujmy się do zadań jakie przed nami stoją w danym dniu

Zbierzmy myśli i przygotujmy się do zadań, przed którymi przyjdzie nam stanąć. Zebranie myśli przed dniem pracy i chłodne spojrzenie na nadchodzące sytuacje pozwala nam nabrać dystansu do wielu spraw. Mniej stresu w pracy - większa efektywność.

Źródło: czas.com.pl oraz zaradni.pl