«Тайм-менеджмент для жизни и профессии»

Автор: Administrator
29.03.2022 17:30

Проблемы, связанные с неумением управлять своим временем, являются одними из наиболее распространённых среди выпускников организаций для детей-сирот. А так как успех во взрослой жизни во многом зависит от того, как мы распоряжаемся временем **29 марта 2022 года**
с целью привлечения внимания выпускников к необходимости планиро-вания времени педагог-психолог Центра провела
тренинговое занятие «Тайм-менеджмент для жизни и профессии»
.

На занятии использовались такие формы работы, как психологические игры, беседа, интерактивные упражнения и самодиагностика.

Ребята познакомились с понятиями "тайм-менеджмент", «хронофаги», с эффективными инструментами планирования и распределения времени и отработали базовые навыки тайм-менеджмента на практике.

Знания, полученные на занятии, пригодятся ребятам в дальнейшей самостоятельной жизни, помогут развить навыки самоанализа и самоорганизации, научат управлять временем и ценить каждую минуту.