

Manejo Eficiente Del Tiempo – Como Lograr Metas y Maximizar Su Tiempo

Sepa Cómo Administrar su Tiempo de
Manera Eficiente Para Lograr Más de lo
Que Nunca Imaginó

Este es un ejemplo de las primeras 5 páginas de un total de 28. Para ver el curso completo sobre “[Manejo Eficiente del Tiempo](http://www.manejoeficientedel tiempo.com/manejo-eficiente-del-tiempo/)” haga clic aquí =>

<http://www.manejoeficientedel tiempo.com/manejo-eficiente-del-tiempo/>

Exclusión de garantías y responsabilidad

Toda la información presente en este documento representa el punto de vista del autor a la fecha en que fue emitido. Debido a que internet y el mercado cambian constantemente, el autor tiene el derecho a modificar y actualizar la información bajo las nuevas condiciones.

Asimismo, la opinión de éste puede cambiar sin previo aviso. No obstante, haber hecho todo a su alcance para garantizar que la información de este documento sea exacta, fidedigna y acorde a la fecha de publicación,

Por otro lado, pese a que se ha intentado verificar la información que aquí se entrega, el autor no se responsabiliza por errores, omisiones ni inexactitudes y tampoco responderá por aquello que pueda suceder razón de la puesta en práctica de las técnicas señaladas en este libro. Este material no implica ni tiene garantías.

1. El tiempo: lo que más se desperdicia
2. Asignar el tiempo
3. Una vez que se pierde el tiempo
4. El tiempo es una inversión
5. ¿Por qué el tiempo se mal utiliza?
6. El principio de Pareto
7. Postergación
8. Interrupciones
9. Falta de objetivos
10. No priorizar
11. Delegar
12. ¿Cómo superar la postergación?
13. Pasos que se deben seguir
14. Crear una lista
15. El tiempo es manejable
16. No olvidar sus objetivos
17. Just do it (Solo hágalo)
18. Limitar las interrupciones
19. Hacer una lista de las interrupciones
20. Programarse
21. Prestar atención
22. Comunicar
23. Fijar objetivos para maximizar su tiempo
24. Fijar objetivos
25. Objetivos dentro de otros objetivos
26. Pasos que se deben manejar
27. Programar y planificar
28. Registrar su progreso
29. Priorizar al programarse
30. Recrearse
31. Distracciones y formas de perder el tiempo
32. Otras personas
33. ¿Cómo debemos priorizar?
34. Sus prioridades
35. Agenda y calendario
36. Aprender a delegar
37. En la familia
38. En su casa
39. En el trabajo
40. ¿Por qué no se delega?
41. El tiempo es suyo
42. Su responsabilidad
43. Elegir
44. ¡Es hora de que comience!
45. Pequeños pasos
46. Recordar sus objetivos
47. Registrar su progreso
48. Darse un descanso
49. El tiempo es limitado

El tiempo: El Peor Desperdicio De Todos

Todos desperdician algo, incluso la persona más cautelosa y comedida termina haciéndolo en algún momento. Por ejemplo, no es extraño que la mayoría de las personas lo hagan con los alimentos, la gasolina, el dinero y todo tipo de cosas.

Entonces, ¿Cuál diría Ud. qué es el mayor desperdicio de todos? Por ejemplo, usted compra artefactos que luego no usa o no los disfruta como pensó que lo haría. Otro ejemplo, invertir dinero en un nuevo teléfono celular el que luego de una semana no encontrará tan fascinante como al principio o canales de cable que nunca verá.

¿Más? Gastar dinero en bencina o gasolina realizando diversas diligencias, cuando podría hacerlas todas en un solo recorrido o quizás, desperdiciar alimentos por no utilizarlos antes que se descompongan o por cocinar más de lo que realmente se necesita.

No obstante, de todas las cosas que desperdiciamos en nuestro diario vivir, es el tiempo el peor desperdicio de todos. La mayoría de nosotros, lo malgasta en actividades que no contribuyen en nada al cumplimiento de nuestras metas u objetivos “o” en responsabilidades que no se llevaron a cabo bien la primera vez.

El tiempo puede desperdiciarse en dormir demasiado, o en actividades perjudiciales; como el excesivo consumo de alcohol, antidepresivos y narcóticos o por el simple hecho de sentarse a mirar televisión.

El tiempo se desperdicia, no solo por la indulgencia de las personas al realizar actividades que son, de por sí, una completa pérdida de tiempo, sino que también, por la escasa o ninguna habilidad de manejar el tiempo de manera eficiente. Vea cómo las personas malgastan dinero en alimentos que no consumen porque no los cocinan bien o porque se descomponen. Sin embargo, un mejor uso de las habilidades al preparar los alimentos, sumado a la disciplina necesaria para consumirlos antes de ir al supermercado a comprar otros, implicaría que una menor cantidad de estos terminarían en la basura, con el consecuente ahorro de dinero. El problema en sí no son los hábitos alimenticios ni tampoco los alimentos que se descomponen, sino la forma en que estos se preparan y consumen, esto es lo que genera desperdicio.

Lo mismo ocurre con la habilidad de manejar el tiempo. Una persona podría trabajar y trabajar y luego seguir trabajando para, al final del día, preguntarse por qué no logra terminar proyecto alguno. Uno podría sentir, de manera genuina, que a pesar de no invertir tiempo en actividades improductivas, como ver televisión o simplemente salir con sus amigos a algún bar, y aún así preguntarse, ¿por qué no puedo lograr mis objetivos y lograr las metas que alguna vez me propuse?

Por lo general, el problema radica en cómo aprender a administrar nuestro tiempo y maximizarlo para una mayor efectividad. Por ejemplo, el aprender a cocinar y manejar sus compras de manera eficiente *podría* significar un mejor uso de los alimentos en el hogar con menos desperdicio. Lo mismo ocurre con el tiempo, el aprender a manejar nuestro tiempo y nuestro horario de mejor manera, *podría* significar menos tiempo desperdiciado.

Aprender a Asignar el Tiempo

¿Alguna vez ha deseado que el día tuviera más horas para poder seguir trabajando? Probablemente sí, la mayoría de la gente lo ha pensado en algún momento u otro. Entre su trabajo, labores de la casa, el cuidado de sus hijos y el legítimo deseo de un poco de paz y tranquilidad, quizás se ha encontrado, con que la hora de ir a la cama resulta para usted, extrañamente, demasiado temprano...

Continúa...

Para ver el curso completo sobre “Manejo Eficiente del Tiempo” haga clic aquí =>

<http://www.manejoeficientedel tiempo.com/manejo-eficiente-del-tiempo/>