



Plánuji, plánuješ, plánujeme

EFEKTIVITA

Jaké činnosti mě nejčastěji ruší?

Mohu je nějak eliminovat?

Provádím své činnosti soustředěně a vědomě?

Pokud NE... proč? Mám nějakou možnost to změnit?

Za 1 hodinu soustředěné práce bez vyrušení jsem stihl(a):