مفهوم تنظيم الوقت وفوائده

مفهوم تنظيم الوقت

تنظيم الوقت: مهارة عملية تسهم في تقسيم الوقت بين مجموعة متنوعة من الأنشطة؛ بهدف تحقيق العمل بكفاءة أكبر وبجهد أقل.

فوائد تنظيم الوقت

- يساعد على إنجاز المهام بكفاءة وجهد أقل.
- يساعد في تحقيق الأهداف أسرع.
- يعزز إنجاز المهام في الوقت المحدد لها الثقة بالنفس.
- يقلل من الإرهاق الناجم عن تراكم الأهداف.