



תרגול 3 |  
ניהול זמן הוא  
משעמם, טכני ורובוטי

# ניהול זמן הוא משעמם, טכני ורבוטי

הי לך, אני איתך  
המיתוס הזה הוא אחת הסיבות המשמעותיות לכך שהרבה מאיתנו נמנעים להתמודד עם  
ניהול זמן,  
כי זה מתקשר למשהו סזיפי ומשעמם.  
זה קשור לתפיסה מיושנת על ניהול זמן שאינה תואמת את המאה ה-21.  
אז כפי שהסברתי בסרטון: **ההתנהלות המודעת בזמן מאפשרת דווקא חופש אמיתי, זרימה  
ויצירתיות.**  
הרבה מקהל המתאמנות/ים שלי הן/ם אומניות/ים שאוחזות/ים במיתוס זה,  
משום שהן/ם מאוד חוששות/ים לפגיעה בחופש שלהן/ם, במזוה וביצירתיות.  
אני לגמריי מבינה אותן/ם ומיד פוטרת אותן/ם מהמיתוס הזה, כאשר אני מסבירה  
שחופש אמיתי הוא בהרגשה וחיבור למזוה הוא מסלול ישיר כאשר אנו חווים יותר שקט  
ורוגע נפשי שהם תוצאה ישירה של ארגון ותכנון.  
כמובן שכל אחת ואחד צריכים להתאים את המסגרת של ארגון וסדר, להם זקוקים.  
מה נכון לך?  
דמיני וכיתבי - איך היית רוצה לנהל את יומך? מה האידיאל מבחינתך?  
נסי לרדת לרזולוציות נמוכות, דייקי!  
זיכרי זהו האידיאל וזה לא חייב להיות כך, מכאן את יכולה לגזור תוכנית מציאותית  
ואפשרית מבחינתך.  
אני מאוד סקרנית מה יעלה לך,  
אם את רוצה לשתף אותי בווטס אפ ישיר לנייד שלי זה יתקבל בברכה: 052-2501185  
אני כאן לסייע לך ואשמח ללוות אותך להוציא את תוכניתך לפועל

**בהצלחה ובהנאה**  
**רחל רוזנפלד-בדיוק בזמן**  
**אימון להתפתחות אישית ועסקית**  
**דרך ניהול זמן**



[להורדה במתנה את המדריכים החדשים  
להתנהלות מודעת ומתיחת גבולות הזמן](#)

[לפרטים על סדנת האון ליין לניהול זמן באושר](#)