



Təlimin proqramı:

- Zaman anlayışı
- Psixologiya elminin zaman anlayışına baxışı
- Zaman barədə miflər
- "Vacib" və "Təcili" anlayışları
- Zamanın idarə olunmasında çətinliklər
- Zamanın növləri
- Zamanın idarə olunmasının mərhələləri
- Zamanın idarə olunmasına mane olan amillər (Zaman oğruları)
- Effektivlik piramidası
- Gündəlik planların düzgün bölünməsinin texnikaları
- Zaman tələləri ilə düzgün işləməyin üsulları
- "Mənim bir dəqiqəm" anlayışı
- Prokrastinasiya
- Zaman artırıcıları