

#ZDALNIE JAK PRACOWAĆ "SMART", CZYLI MĄDRZE?

Warto stosować się do kilku wskazówek:

1. Planuj zadania dzień wcześniej! Pomoże Ci to spokojnie zasnąć, a rano od razu ruszyć do pracy.
2. Wstawaj zawsze o tej samej porze - wykąp się, ubierz, zjedz śniadanie - jesteś gotowy do pracy!
3. Utrzymuj porządek w miejscu nauki.
4. Ubierz się normalnie - uczenie się w piżamie sprzyja "rozciapaniu".
5. W planie dnia zapisz naukę, Netflix, granie i spacer!
6. Daj znać rodzinie, że pracujesz! Będziesz miał odrobinę spokoju.

*rozciapanie - zamieniasz się w gluta i ciapiesz się zniechęcony do życia po kanapie. #samaprawda