

3 MODI
PER TROVARE IL TEMPO
OGGI
DI DEDICARSI A
SVILUPPARE IL PROPRIO
BUSINESS



ANNA ELENA BROLIS
Empowerment Coach & Trainer

OLTRE IL BUSY... NESS AS USUAL



annaelenabrolis.com

Lavoriamo come lanciati su un'auto alla **massima velocità**, senza guardarci intorno, spinti a fare sempre di più in meno tempo.

Abbiamo interiorizzato il **mantra del lavoro 24/7**, e anche nella vita privata rischiamo di cascare nella modalità **"always on"**.

È difficile mantenere barriere tra **lavoro & riposo**, perché siamo costantemente **attivi**: per non perderci nulla, per sentirci coinvolti, per scegliere il meglio per noi. In sostanza viviamo sempre **attivati**, ma anche **stressati**, **ansiosi** e, spesso, **insonni**.

CHE FARE DI DIVERSO?



ANNA ELENA BROLIS
Empowerment Coach & Trainer

IL BUON VECCHIO PRINCIPIO DELLA SCARSITÀ DI FATTORI



annaelenabrolis.com

Il principio di Pareto, noto anche **principio della scarsità di fattori**, viene citato spesso perché il rapporto 80/20. è stato osservato, si applica in una sorprendente moltitudine di ambiti.

Afferma che l'80% dei risultati di solito è raggiunto grazie dal 20% delle risorse (parlando di **BD**, innanzitutto **energia, tempo e soldi**).

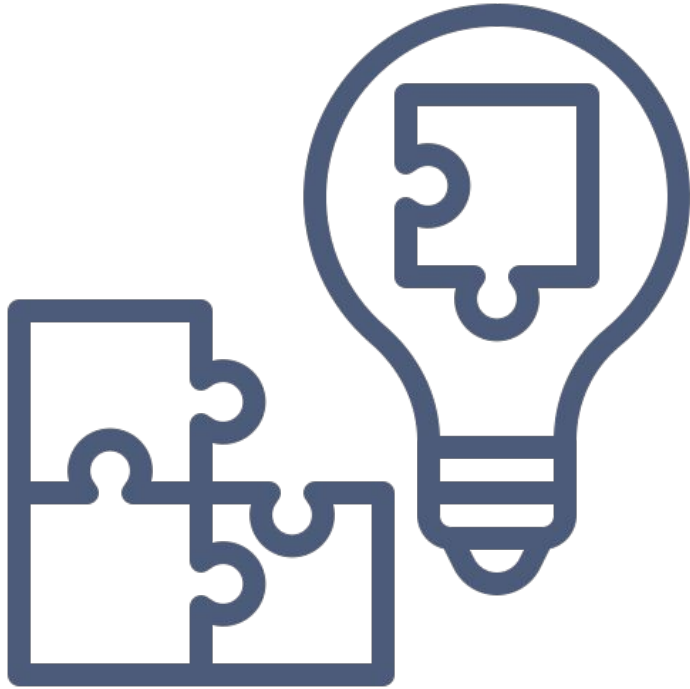
Se la maggior parte degli effetti è dovuta a un numero ristretto di cause, quindi se molto dipende dal 20% delle azioni che compiamo, **il restante l'80% del tempo (e delle risorse) che spendiamo può essere speso meglio.**

COME?



ANNA ELENA BROLIS
Empowerment Coach & Trainer

RIFLETTERE SULLA NOSTRA GESTIONE DEL TEMPO



annaelenabrolis.com

Osservare con metodo quello che accade nelle nostre giornate crea già lo spazio per cambiare qualcosa.

Tutte informazioni preziose per evitare **rework, disallineamenti e interruzioni**, ovvero per destinare il tempo migliore alle **attività più importanti**, quel 20% cioè che danno l'80% dei risultati.

COME?

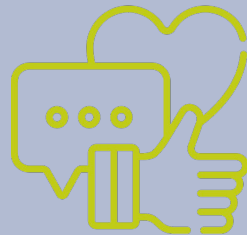


ANNA ELENA BROLIS
Empowerment Coach & Trainer

L'agenda è il nostro miglior amico,
se vogliamo essere liberi professionisti.

Non è tutto urgente, o imprevedibile,
e il ritmo non è sempre altissimo.

NESSUNO DI NOI E' UNA MACCHINA,
NEANCHE I NOSTRI COMPETITOR



Ecco il link all'intervista completa!



[3 modi per trovare il tempo oggi di dedicarsi a sviluppare il proprio business](#)

annaelenabrolis.com





Learn. **Grow.** **Share.**

