

Δεξιότητες διαχείρισης χρόνου, Τεχνικές και εργαλεία



Ποια είναι η διαφορά μεταξύ δεξιοτήτων, τεχνικών και εργαλείων διαχείρισης χρόνου

Οι **δεξιότητες διαχείρισης χρόνου** είναι κυρίως μαλακές δεξιότητες (soft skills) που μπορούν να σας βοηθήσουν να διαχειριστείτε καλύτερα τον χρόνο σας. Παραδείγματα δεξιοτήτων διαχείρισης χρόνου είναι ο καθορισμός ορίων, ο προγραμματισμός, η ανάθεση, η ιεράρχηση προτεραιοτήτων και ούτω καθεξής.

Οι **τεχνικές και τα πλαίσια διαχείρισης χρόνου** είναι διαφορετικοί τρόποι διαχείρισης του χρόνου σας. Παραδείγματα τεχνικών διαχείρισης χρόνου είναι το Getting things done (GTD), ο χρονοδιακόπτης Pomodoro, ο πίνακας Eisenhower και πολλές άλλες. Οι τεχνικές διαχείρισης χρόνου αποτελούνται από μεθόδους, κατευθυντήριες γραμμές, διαδικασίες και άλλες συστάσεις. Επιπλέον, αυτές οι τεχνικές προτείνουν επίσης πολλά διαφορετικά εργαλεία διαχείρισης χρόνου.

Παραδείγματα **εργαλείων διαχείρισης χρόνου** είναι το ημερολόγιο, το λογισμικό λήψης σημειώσεων, η παρακολούθηση χρόνου, εξειδικευμένες εφαρμογές διαχείρισης χρόνου, όπως το Toggl. , μπορείτε να βρείτε πολλές διαφορετικές λύσεις λογισμικού.