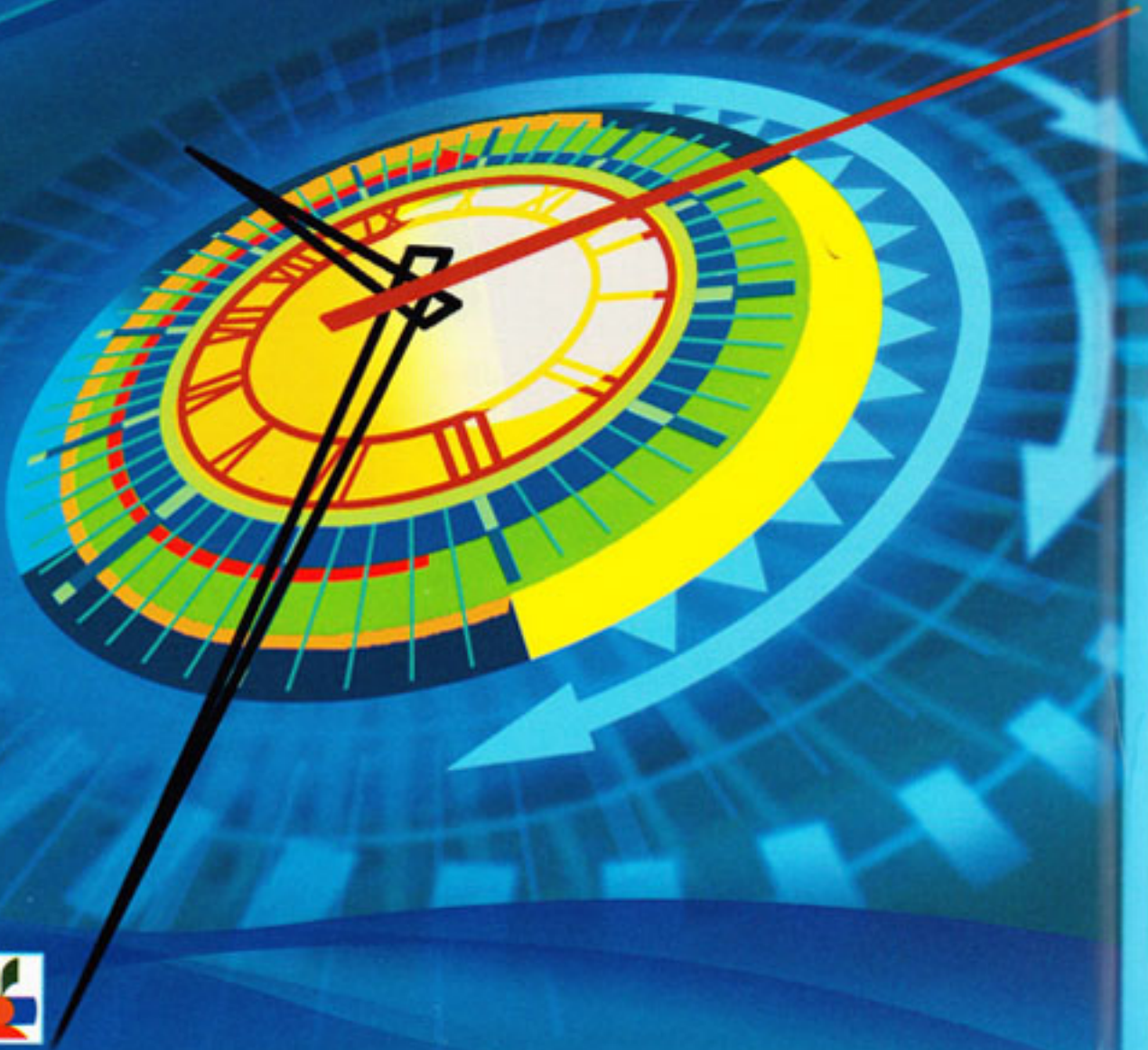


الدكتور بشير العلاء

# أساسيات إدارة الوقت



## المحتويات

الموضوع	الصفحة
توطئة.....	5
المحتويات .....	7
الفصل الأول: مفهوم الوقت .....	9
تقديم.....	11
أولاً: مفهوم الوقت.....	11
ثانياً: أنواع الوقت .....	14
ثالثاً: مضيعات الوقت .....	21
أسئلة للمناقشة.....	27
الفصل الثاني مفهوم إدارة الوقت وآلياتها .....	49
تقديم.....	51
أولاً: مفهوم إدارة الوقت .....	51
ثانياً: مضامين مفهوم إدارة الوقت .....	63
ثالثاً: خطوات ومبادئ الإدارة الناجحة للوقت .....	65
رابعاً: أسئلة وأجوبة عن تنظيم الوقت .....	69
أسئلة للمناقشة.....	77



## المحتويات

93..... الفصل الثالث آليات إدارة الوقت وممارساتها ومدخلها وأساليبها

95..... تقديم

..... آليات إدارة الوقت

..... ممارسات إدارة الوقت

..... أساليب إدارة الوقت

157..... المراجع

157..... المراجع العربية:

158..... ثانياً: المراجع الأجنبية: