

*Мудрый
управитель
- ВРЕМЯ*



**«Дорожите временем, ибо
из него соткана жизнь»**



**Что делает дом
счастливым?**



**«Всему свое
время... Все
соделал Он
прекрасным
в свое
время»**

(Еккл. 3:1,11)



ЛИЧНОЕ ВРЕМЯ И ЗАНЯТОСТЬ РАБОТОЙ



**«Если бы мне надо было
прожить свою жизнь сначала,
боюсь, что у меня не хватило
бы сил»**

Филипп Уилсон



1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

❖ Многие люди чувствуют, что не в состоянии контролировать свое время

- ощущение всемогущества
- чрезмерная ответственность за чувства других людей
- недостаток реально необходимого беспокойства
- беспечность



1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

- ❖ Мы виним себя, если не все успеваем сделать



Если вы устали, вы вновь ставите перед собой проблемы, с которыми, как вы считали, вам давно удалось справиться

1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

- ❖ Неспособность сказать «нет» другим людям, или проектам



1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

- ❖ В списке ежедневных дел детям как-то не хватает места



1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

❖ Работавшие матери, имеющие детей-дошкольников



1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

- ❖ Жены и матери вынуждены справляться с проблемами переутомления и нехватки времени в одиночку



1. Переутомление и нехватка времени – проблема многих людей

❖ Усталость часто является причиной беспокойства



ПРИНЦИПЫ, О КОТОРЫХ СТОИТ ЗАДУМАТЬСЯ

***1. Все наше время в
действительности
принадлежит Богу,
мы – Его управители***



ПРИНЦИПЫ, О КОТОРЫХ СТОИТ ЗАДУМАТЬСЯ

2. Время, как деньги, требует учета



ПРИНЦИПЫ, О КОТОРЫХ СТОИТ ЗАДУМАТЬСЯ

***3. Мудрое
использование
времени требует
выбора
приоритетов***



ПРИНЦИПЫ, О КОТОРЫХ СТОИТ ЗАДУМАТЬСЯ

***4. Время, проводимое
вместе, вызывает
положительные эмоции***



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

❖ *Планируйте ваше время*

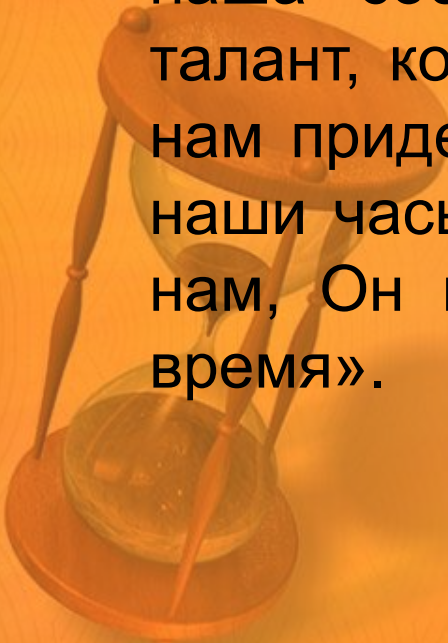
- «Разница между мудрыми людьми и глупыми, богатыми и бедными, святыми и грешными, спасенными и обреченными зависит не столько от неодинаковости их обстоятельств и жизненных преимуществ, как от различного использования ими времени. Один посвящает время для достижения поставленной цели; другой расточает его; некоторые скрупулезно считают минуты, а иные расточают дни, месяцы и годы».

2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

❖ *Планируйте ваше время*

- Христос очень дорожил каждой минутой, и мы должны со своей стороны дорожить временем. Время – это не наша собственность. Оно принадлежит Богу. Это талант, который Он дал нам. И настанет день, когда нам придется дать отчет за то, как мы использовали наши часы и минуты. Ни за один талант, данный Им нам, Он не потребует такого строго отчета, как за время».

Притч.Хр.342



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

❖ *Планируйте ваше время*

- Время – это ежедневное чудо. Вы поднимаетесь утром и вот! Ваш кошелек волшебным образом наполняется двадцатью четырьмя часами необработанной ткани жизни. И это ваше самое дорогое сокровище. Никто не может отнять это у вас, и никто не получит ни больше, ни меньше, чем вы. Гений получает ни на один час больше, чем все остальные».

Голос прор-ва, 1963 г.



**Наша надежда не во времени,
но в той мудрости, с какой мы
должны уметь распределить
наше время, данное нам Богом**



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

❖ *Планируйте ваше время*

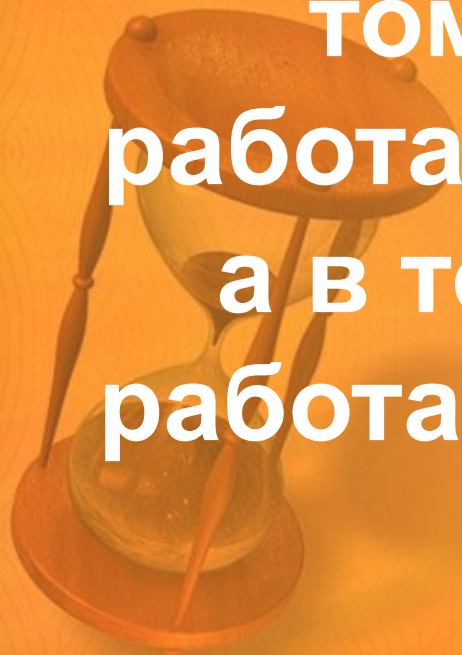
- «Здесь потеряно несколько минут, там вот еще истрачено несколько минут на пустые разговоры. Как часто утренние часы пропадают в постели. Если бы время, истраченное нами в трамвае, в ожидании на станции, когда мы ждем тех, кто вовремя не пришел, было бы израсходовано на чтение книги, которая всегда с нами, на изучение какого-либо вопроса или просто обдумывания чего-либо серьезного – как много можно было бы достигнуть».

Используйте продуктивные часы

- Ранние утренние часы – лучшее время для работы
- Полдень – время, когда организм нуждается в отдыхе
- Время с 17 до 19 часов подходит для физических упражнений
- Время с 19 до 22 часов – для умственной работы
- Ночь – время для сна



**Ключ к
правильному
использованию
времени
заключается не в
том, чтобы
работать усерднее,
а в том, чтобы
работать разумнее**



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

❖ *Планируйте ваше время*

❖ *Не взваливайте на себя
обязанности, которые не в силах
выполнить*

Стоит ли тратить на это свое время?

Что от этого прибавится или убавиться?

Как это повлияет на нашу семейную
жизнь?



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

- ❖ *Планируйте ваше время*
- ❖ *Не взваливайте на себя
обязанности, которые не в силах
выполнить*
- ❖ *Учитесь говорить «нет»*



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

- ❖ **Планируйте ваше время**
- ❖ **Не взваливайте на себя
обязанности, которые не в силах
выполнить**
- ❖ **Учитесь говорить «нет»**
- ❖ **Найдите место в вашем
распорядке дня для ваших детей**



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

- ❖ *Планируйте ваше время*
- ❖ *Не взваливайте на себя
обязанности, которые не в силах
выполнить*
- ❖ *Учитесь говорить «нет»*
- ❖ *Найдите место в вашем
распорядке дня для ваших детей*
- ❖ *Маленькие дети очень нуждаются в
материнском воспитании и опеке*



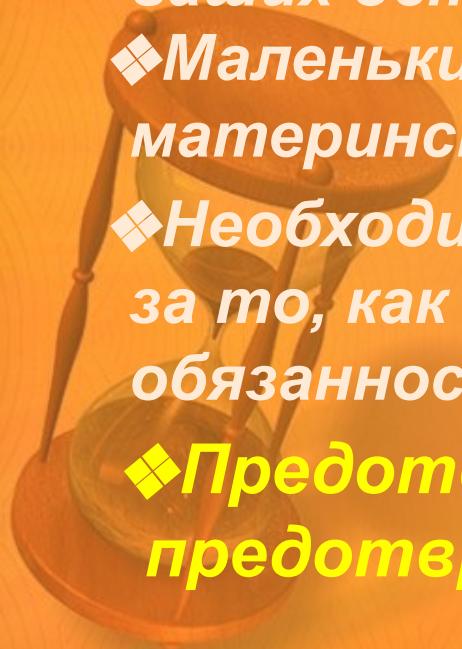
2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

- ❖ *Планируйте ваше время*
- ❖ *Не взваливайте на себя обязанности, которые не в силах выполнить*
- ❖ *Учитесь говорить «нет»*
- ❖ *Найдите место в вашем распорядке дня для ваших детей*
- ❖ *Маленькие дети очень нуждаются в материнском воспитании и опеке*
- ❖ **Необходимо чувствовать, что тебя уважают, за то, как ты справляешься со своими обязанностями**



2. Решение проблем возможно – многое можно изменить.

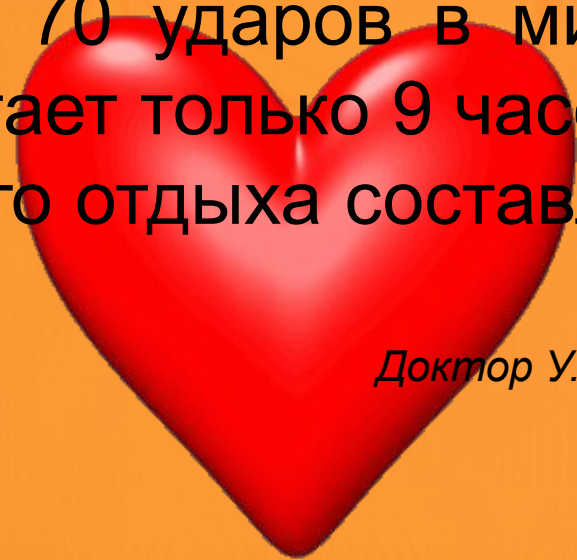
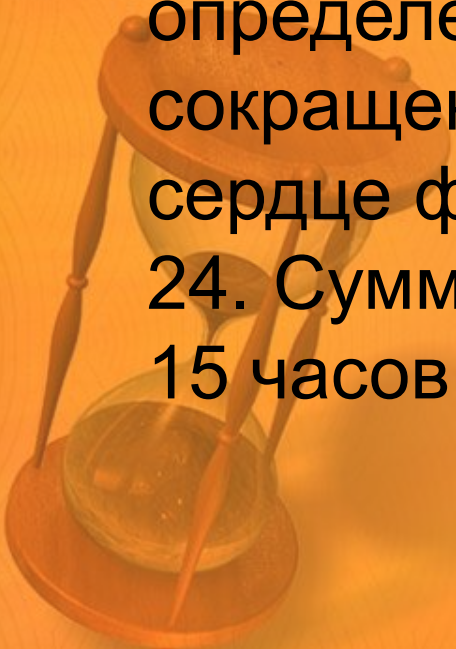
- ❖ *Планируйте ваше время*
- ❖ *Не взваливайте на себя обязанности, которые не в силах выполнить*
- ❖ *Учитесь говорить «нет»*
- ❖ *Найдите место в вашем распорядке дня для ваших детей*
- ❖ *Маленькие дети очень нуждаются в материнском воспитании и опеке*
- ❖ *Необходимо чувствовать, что тебя уважают, за то, как ты справляешься со своими обязанностями*
- ❖ **Предотвращение усталости способствует предотвращению беспокойства**



Предотвращение усталости способствует предотвращению беспокойства

- **Чаще отдыхайте**
- «Большинство людей считают, что сердце работает все время. На самом деле после каждого сокращения существует определенный период отдыха. При сокращениях с частотой 70 ударов в минуту сердце фактически работает только 9 часов из 24. Суммарно периоды его отдыха составляют 15 часов в день».

Доктор У.Б.Кэннон



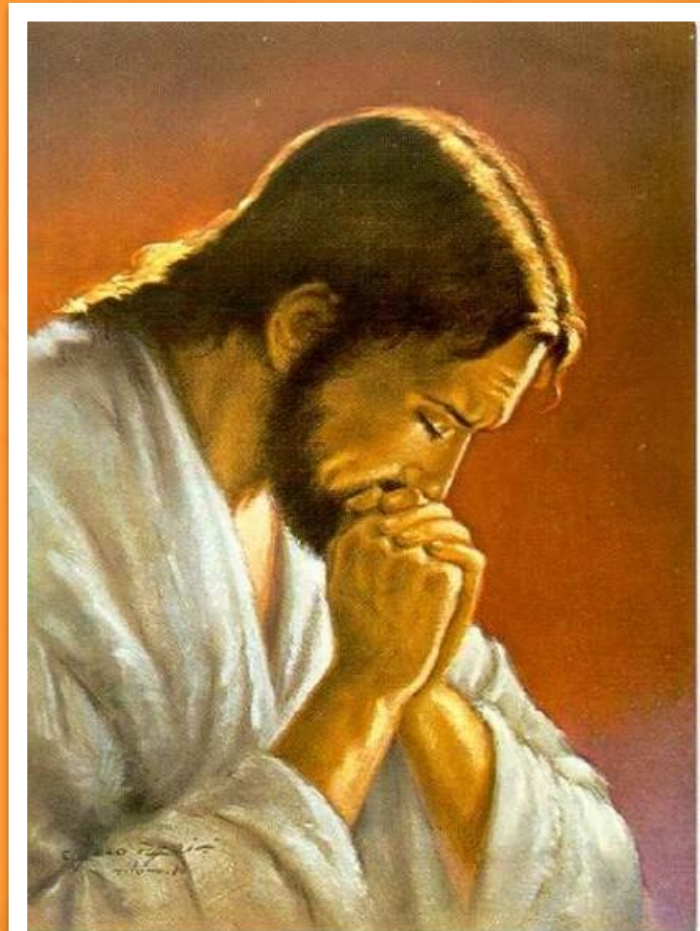
Предотвращение усталости способствует предотвращению беспокойства

- Чаще отдыхайте
- Научитесь расслабляться, когда вы выполняете свою работу



Основные пути планирования семейного времени

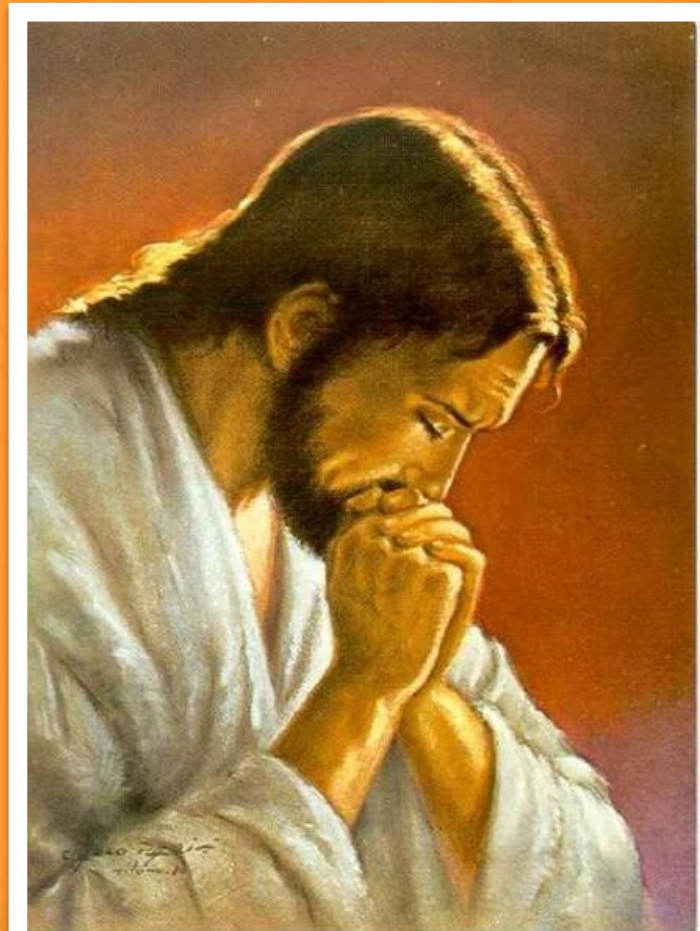
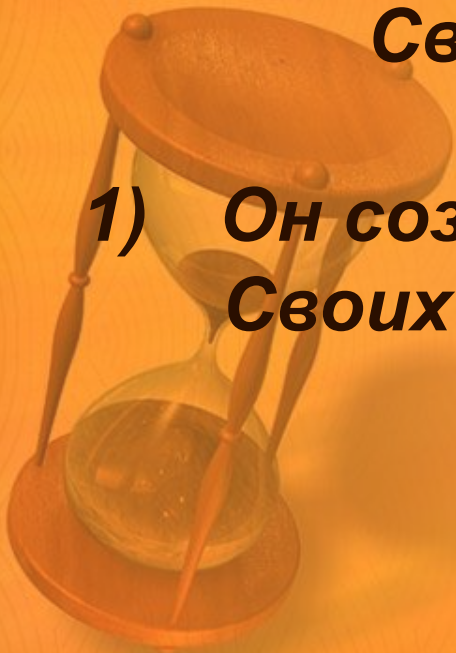
1. Следуйте примеру Иисуса



Основные пути планирования семейного времени

**1) Иисус соизмерял Свое
время со значением
Своей миссии**

**1) Он признавал пределы
Своих возможностей**



Основные пути планирования семейного времени

2. Помните субботу



Основные пути планирования семейного времени

3. Планируйте определенное время для семьи



1. Назовите три важных события, которые считаете особенными в жизни семьи?

2. Что можно было бы изменить в жизни, чтобы оставалось больше времени для общения?



Живите осознанно во времени и находите время для важных дел

- Найдите время для молитвы – это дыхание души.
- Найдите время для богослужения – это соборное общение с Богом.
- Найдите время для чтения Библии – это источник мудрости.
- Найдите время для работы – это условие успеха.
- Найдите время для размышлений – это источник силы.
- Найдите время для игр – это секрет молодости



Живите осознанно во времени и находите время для важных дел

- Находите время для чтения – это основа знаний.
- Находите время для дружбы – это условие счастья.
- Находите время для мечты – это путь к звездам.
- Находите время для любви – это истинная радость жизни.
- Находите время для веселья – это музыка души.



