1. Я предлагаю Вам выполнять основную часть работы днем, а не ночью.

Это скажется на качестве выполняемой работы.

Ведь днем наш мозг работает гораздо лучше, чем ночью.

Об этом говорят многочисленные научные исследования, показывающие, что 50% и более активности головного мозга достигаются в промежуток времени с 10 утра до 9 вечера.

2. Кроме того, работа днем может стать для вас лучше работы ночью благодаря социальному взаимодействию.

Как правило, большая часть людей днем более охотно идут на контакт, нежели ночью. 62% всех опрошенных предпочли бы пообщаться с собеседником днем. Такие результаты приводит один из центров исследования общественного мнения.

3. А раз люди готовы идти на контакт, то наиболее вероятно, что при возникновении трудностей при выполнении работы, вам скорее всего помогут. А значит, вы выполните свою работу намного быстрее, чем сделали бы это, работая ночью. Работа днем лучше работы ночью.

4. Да и вообще дневная работа намного лучше ночной. Именно такой урок я вынесла для себя после просмотра фильма «как я встретил Вашу маму», где прозвучала очень хорошая фраза «ничего хорошего после 2х ночи не происходит»