[#نصيحة\_من\_خبير](https://www.facebook.com/hashtag/%D9%86%D8%B5%D9%8A%D8%AD%D8%A9_%D9%85%D9%86_%D8%AE%D8%A8%D9%8A%D8%B1?__eep__=6&__cft__%5b0%5d=AZWtB9n_dSufuowrThzAcNw3zgGcqOF_Uqp1VabciB8Febc43qYz4zYvzRPAKO_3o98n0NTkKwlAbb9O46OHabw9no2hHFmQTvyVgYo5Blqg-p9yrWoiukl1MyWkUQj3B184MOVtYxx3MIQpovhdxmtlKxGEqYGO4hAuUPT5D0ftmA&__tn__=*NK-R)

.

لو عندك شغلانة محتاجة ساعة واحدة عشان تخلص

وشغلانة محتاجة ٩ ساعات

اعمل الشغلانة الكبيرة الأول

.

لو عملت الشغلانة الصغيرة الأول وأنجزتها

جسمك هياخد نشوة الإنجاز . الدوبامين

فهتكمل اليوم زي العلق مكسل ومش عارف تعمل حاجة

.

ولو الشغلانة الصغيرة خدت ٣ ساعات بدل ساعة واحدة

هتكسل تعمل الشغلانة الكبيرة

لإن نص اليوم فات وإنتا عارف إن الشغلانة الكبيرة ما يكفيهاش النص التاني

.

ولو حصل ظروف واضطريت تأجل شغلانة . هتبقى أجلت الشغلانة الكبيرة

.

لكن

لما تعمل الشغلانة الكبيرة الأول . حتى لو خدت أكتر من ٩ ساعات . هتقول لنفسك . الشغلانة التانية صغيرة . خليني أعملها قبل ما أنام

.

وحتى لو أجلتها . فانتا أجلت الشغلانة الصغيرة