

????? ?????? ?????????????? ?? ?????????? ??????????????

???????? ????????? ????????? ??, ?? ????????????????? ????????? ????????? ????????????? ??????. ?????? ???????????
????????????, ?????? ??? ?????????????????? ????????????????? ? ?????????????? ??????????????. ?????? ?????? ????????? ?
????????????????? ?????????? ??????, ?? ? ?????????????? ??????????.

???????? ??? ????????? ?????? ????????????????? ????????? ?????????? ? ????????? ??????????. ??? ?????????? ?? ??????
????? ? ????????? ?? ?????? ??????. ?????????????? ?????? ????????? ?????????????? ????????????????? ??????????????
?????????????. ?????????? ????????? ?????? ?????????, ?? ??????????? ??????????? ?????????????? ?????????.

????????????? ?????????????? ?????????????????? ?????????????? ?????? ?????? ?????????? ?? ????????? ??????. ????????? ???????????
???????? ?????????, ?? ??????????? ?????????????? ?????????????????? ?????????????? ?????????????? ?????????????? ??????
?????????????? ?????????????? ?? ?????? ?????? ? ??????????. ????????? ? ?????????????????? ?????????????????????? ?? ?????? ?????????????
? 1 win ? ?????????? ?????.

????????????????? ??????????? ?????????????? ?????????????????????????????? ????????? ??????. ?????????? ?????????, ?? ??? ??
????????????? ?????????????? ?????????????????? ?? ??????????????. ?????????????? ?????????? ??? ?????????????? ? ????????? ?
????????????????????????? ??????. ?????????? ?????? ?? ??????????? ?????????? ??? ?????????????? ? ??????????? ???????????????
.

???? ?????????? ? ?????????????? ?????????????????

?????? ?????????????? ?????????? ??????????, ?????????? ????????? ?????? ????????? ? ?????????? ??????????. ?????????
????????????? ?????? ? ?????????? ??????. ?????????????? ?????? ?????????? ?????? ? ?????? ?????? ?????? ????????? ?
????? ?????????????.

????????????? ??????????? ?? ?????????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????????????? ??? ?? ??????????
?????????????????. ?????????????????? ?????? ?????????? ? ?????????????????? ?? ?????????? ? ??????????. ?????????????? ?
????????????? ?????????? [1???](#) ?????????????? ?????? ? ?????????? ?????????????.

?????? ?????????????? ?????????????? ?? ?????????????? ?????????????? ?????????????????? ?? ??????????. ?????????????? ??????????????
????????????????, ?????? ????????? ?? ?? ??????????????. ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????????? ?????????????
????????? ?????????????? ?????? ?? ?????? ??????????????. ?????? ?????????? ? ?????????? ?????????????????? ??????????????????
????????????? ?????????????.

????????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?? ?????????? ?? ?????????? ?????????? ??????????. ?????????? ?????????????????????? ???
????????????? ?????????????????????????????? ? ??????????. ?????? ?? ?????????? ?????????????? ?????? ?????????? ?? ??????
?????????????. ?????????? ?????????????? ? ?????????????? ?????, ?????????????????? ?????????????? ? ?????????????????????? ??????
??????????????????.

?? ?????????? ?????????? ?????????????? ? ?????????? ??????

????????? ?????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ?? ?????????? ??????. ?????????? ?????????????? ?????????????? ? ?????????
????????????????????? 1win ??? ??????. ?????? ?? ?????????? ?? ?????????????, ?????? ?? ?????????????????? ??????????
????????? ? ???????????.

?????? ?????????????????? ?????????? ?????????????????????????????? ?????????????? ?? ?????????? ??????. ?????????? ??????????????
????????????? ? ?? ?? ?????????????????, ?? ? ?????????? ??????????. ?????????????????? ?????????????????? ? ?????? ?????????????????,
????????? ?????? ?????????? ??????????. ?????????????????????????? ? ?????????? ?????? ?????????????????? ?????? ??????????????????
?????? ?????????????? ?????????????.

????????????? ?????? ?????????????? ? ?????????? ??????????????????????. ?????????????? ?????????? ? ?????????????????? ??????????
????????????? deadlines ? ??????????. ?????????? ? ?????????? ?????? ?????????? ?????????????? ? ?????????????????? ??????????
agenda. ?????????? ?????????? ?????????, ?????? ?????????????? ?????? ?????????????????? ?? ?????????? ?????????.

????????????? ?????????????? ?????????? ? ?????????????????????? ??????????. ?????????? ?? ??????????? ?????????????? ?
????????????? ?????????????? ?????? ? ?????? ??????????????. ??????????? ? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ? ???????????
?????? 1?????. ??????????????????? ??????? ?????????????? ?????????????? ?????????????? ?????? ?????? ? ??????????.

??????? ?????????????????? ?????????????????? ?????????????? ??????

?????????? ??????????????? ?????????????????? ?????????????? ???????????????????, ??? ??????????????? ?????????????????? ???????????????.
?????????? ?????????????????? ?????? ??????????????????, ?????? ??????????????? ?????????? ?? ?????? ??? ??????????????. ??????????
?????????? ??????????????, ??? ?????????? ?????? ?? ?????????????????? ??? ?????????? ?????? ??????????????.

?????????????? ?????????? ?????????????????? ?????? ??????????????????? ?????? ??????????. ?????????? ?????????? ?????????? ? ???????????????????
?????????? ? ??????????? ??????????. ?????????? ??????????? ??????????? ? ??????????? ?????????????????? ?? ?????? vacation. ??????????? ?
?????????? ??????????? ??????????????????, ??? ?????????????????????? ??????? ?????????????????????? ??? ??????????? ?????????? ???????????????.

????????? ?????????????? ?? ?????????????????????? ?????????????? ?????????????????? ?????????????????????????? ????. ?????????????? ?????????, ???
????????????????? ?????????????? ??? ? ??????, ?????? ?? ??????????????????. ??????????????????? ??????????? ??????????? ?????? ?? ??????????????
?????????? ??????????????. ?????????? ?????????? ??? ?????????????? ??????????????? ??? ?????????????????? ??????? ??? ??????????.

????????????????????? ??????????? ??????????????? 1 win ? ??????????? ??????????????????? ?????????? ??????????????????????. ??????????
????????????????? ?????????????????? ?????? ? ??????????????? ??????????????????. ?????????? ??????????????? ?????????????? ?????????????? ?
?????????????????. ?????????? ?????????????????? ??????????? ??????????????? ??????????????? ???????????????.

?????????? ?????????????????? ??????????? ??????? ?????????????????? ? ??????????

????????????? ??????????? ??????? ?????????????????????????????? ?????????? ? ?????????????? ??????????? ?????????? ? ?????????????????????????? burnout.
????????????????? ?????????????????? ?????????????? ? ??????????????????, ?????????? ??????? ??????????????????? ??????????. ?????????? ???????????????
?????????, ? ?????????????????? ??????????????????? ?????????? ??????????. ?????????? ?????????? ??????????????? ? ?????????????? ??????????????????.

????????????????? ??????????????????? ??????????????????? ?? ?????????????????? ?????????????? ? ?????????? ??????????. ?????????????????????????????? ?????????
?????????????????, ?????????? ?????????????????????? ??????. ??????? ?????????????????? ?????????????? ?????????? ??????????. ?????????? ???????????????
?????????????????? ?????? ? ??????????? ???????????, ?????????? ??? ??????????? ?? ??????????? ??????????????????? ?????????.

????????????????? ?????????????????????? ?????????????? ?? ?????????????????????? ??????????????????. ?????????????? ??? ?????????????? ??????????????????? ??-??
????????????????????????? ?????????????????????? ?? ?????????????? ??????????. ?????????????? ??????????????, ?????????????????? ? ??????????????????????,
????????????????? ??????????????? ??????????????? ? ?????????????????? ??????????????????. ??????????????????????? ??????????????? ??????????????? ???
?????????????? ?????????????????????????? ?????????????????????.

?????????????? ?????????????? ??????????? ??-?? ?????????????????? ??????????????? ?????????? ? ??????????. ??????????? ??????????????? ??????????
?????????????????????? ?????????? ?????????????? ??????. ?????????????? 1win ?????????? ?????????????? ?? ??????????????????, ?????????? ? ??????????????????
??????????????.

??? ?????????????? ?????????????????????????? ?????????????? ??????????

????????????????????? ?????????? ??????? ?????????????? ??? ?????????????? ??????? ?????????????????????? ?? ??????????????????. ??????????? ???????
?????????????????????? ?????????? ?????????????????????? ?? ?????????????????? ??????? ?? ?????????????????? ??????? ?? ??????????????? ?????????????????????.
?????????? ?????????? ?????????????????????? ??????????????????? ?? ??????? ??????????? ??????????. ??? ? ?????????????? ??????????, ??? ??????????????????
????????????????? ? ??????????????? ??????????????.

?????????????? ?????????????? ?????????????????? ??????? ?????????????????????????????? ??????. ?????????????? ??????????????, ??????????????????? ?????????????
?????????????, ?????????????? ?????????????? ??????????? ??????? ??????. ?????????? ?? ?????????????????? ?????????? ? ?????????????? ?????????????? ??????????????
?????????? ?????????????? ??????????????. ?????????????????? ?????????? ?????? ?????????? ??? ??????????????????? ?????????????.

???????? ?????? ?????????????? ??????????? ?????????? ?????????? ??????. ??????????? ?????????? ?? ???????
?????????? ?????? ??????????????????? ?????? ??????????? ?????? ??????????????????? ???????????. ??????????????? ??????????? ?
????? ?????????? ?? ?????? ?????????? ??????????????????? ????. ??????????????? ??????? ?????????? ??????????????????? ???
?????????????????? ??????????? ?????????????? ?????????????? ??????????.

????????????? ?????????? ? ??????????? ??????????? ?????????? ?????????????????? ??????????????. ?????????? ?????? ???????????
????????????????????? ? ??????????? ??????????, ?????? 1?? ? ?????? ??????????? ??? ??????????. ?????????? ??????? ? ??????????????
?????? ?????????????????? ??????????????????? ?????????? ??????????.

????????? ?????? ?????????????????????????? ? ??????????

????????????? ??????????????????????? ?????????????????? ??? ??????????????????? ??????????????????????. ??? ? ?????????? ? ??????
?????????????????????? ??? ?????????? ?????????????? ? ?????????????????? ?????????????? ??????????????. ??????????????????????? ???????????
????????????? ?????????????????????????????? ?????? ???????, ??? ??????????????????? ?????????????.

?????????????????????? ??? ?????????? ??????????????????? ?????????????? ? ??????????????????? ??????????. ?????????????? ?????????? ???????????
?????? ??? ??????????????????, ?? ??????????????????????? ? ??????????????????????????? ??????????????. ?????????????, ??????????????
????????????????????, ?????????????????? ? ??????????????????????? ?????????????? ?????????? ??????????. ??????????????????? ??? ??????????? ?????????
?????????? ?????? ? ??????????? ??????????????.

????????????? ??????? ??????????????????????? ?? ?????????? ??????????????? ?????????????????????????????? ?? ??????. ??????????, ??????????
????????????????????? ??????????????????, ?????????? ?????? ?????????????????? ??????????. ??????????????? ?????????, ?????? ??????????? ??????????
?????????????????? ?????????????????? ? ?????????? ??????????. ?????????? ?????????????? ?????????????? ?????? ? ?????? ???????????????.

?????????????????????? ?????? ?????????????? ?? ??????????????? ??????, ? ?? ?? ??????????. ?????????? ??????????? ? ?????????? ??????????????
????????????????? ??????????? ?????????????????????? ??????????????????????. ??????????? ??????? ?????????????????????? ? ?????????????????????? ???????????????
????????????????????????? ??????????, ?????????? ??? 1 win ??????????? ??????????????? ? ?????????????? ? ?????????????????????????????? ??????????.