

أهمية الوعي الذاتي: يشدد الكتاب على أهمية فهم الفرد لأسلوب عمله وكيفية تنظيم وقته بشكل فعال. • التوازن: يؤكد الكتاب على ضرورة تحقيق توازن بين العمل والحياة الشخصية.