

今まで  
なかった!

エンジニア特化の  
セルフマネジメント  
本

# エンジニア人生

を生き抜くための  
すべてを網羅!

モチベー  
ション

時間/  
タスク

感情/  
ストレス

キャリア

スキル

## 悩みを解決!

SE  
SHOEISHA

### エンジニアのための 自己管理入門

堅牢でスケーラブルな働き方を構築する技術



小田中育生

忙しさに飲み込まれてしまう前に。  
コードを磨くように自分を整える、  
一生モノの「メンテナンス術」

根性で耐える毎日から、仕組みで整える日常へ。

SE  
SHOEISHA

978-4-7981-9406-6