

ПОНЯТИЕ «ПОЖИРАТЕЛИ/ВОРЫ ВРЕМЕНИ» (ПО Л. ЗАЙВЕРТУ)

Перечисления помех (также называемых «ворами времени», «убийцами времени», «пожирателями времени» и т. п.), вызывающих непродуктивные потери времени в различных ситуациях жизнедеятельности. Вот один из списков «воров времени», предложенный Л. Зайвертом:

- 1) нечеткая постановка целей;
 - 2) отсутствие приоритетов;
 - 3) попытка слишком много сделать за один раз;
 - 4) неполное представление о текущих задачах и путях их решения;
 - 5) плохое планирование трудового дня;
 - 6) личная неорганизованность, «бумажные завалы»;
 - 7) чрезмерное чтение;
 - 8) скверная система документооборота;
 - 9) недостаток мотивации, лень;
 - 10) поиск плохо хранящейся нужной информации (адресов, телефонов);
 - 11) недостатки кооперации или разделения труда;
 - 12) случайные телефонные звонки;
 - 13) незапланированные посетители;
 - 14) неспособность сказать «нет»;
 - 15) неполная, запоздалая информация;
 - 16) отсутствие самодисциплины;
 - 17) неумение довести дело до конца;
 - 18) отвлечение (шум и т. п.);
 - 19) затяжные совещания;
 - 20) плохая подготовленность к совещаниям, беседам и т. п.;
 - 21) отсутствие коммуникаций или неточная обратная связь;
 - 22) болтовня на частные темы;
 - 23) излишняя коммуникабельность;
 - 24) чрезмерные деловые записи;
 - 25) привычка откладывать «на потом»;
 - 26) желание все узнать подробно;
 - 27) длительные ожидания;
 - 28) спешка, нетерпение, чрезмерная суетливость;
 - 29) неиспользование делегирования;
 - 30) недостаточный контроль над порученными делами, из-за чего их приходится переделывать;
-
-
-

Работа над «привычками-пожирателями»:

- ❖ Выделите 2-3 главные привычки-пожирателя – именно над ними необходимо начинать работать.
- ❖ От таких привычек времяпрепровождения сразу отказаться сложно, поэтому решите, как и когда Вы позволите себе отвлекаться, составьте расписание для похитителей (во сколько и сколько времени для вредной привычки).
- ❖ Придерживайтесь своих ограничений во времени в течение 2-х недель.
- ❖ Приступайте к следующим 2-3 привычкам.

Для заметок _____
