

# Тайм менеджмент: работай меньше делай больше

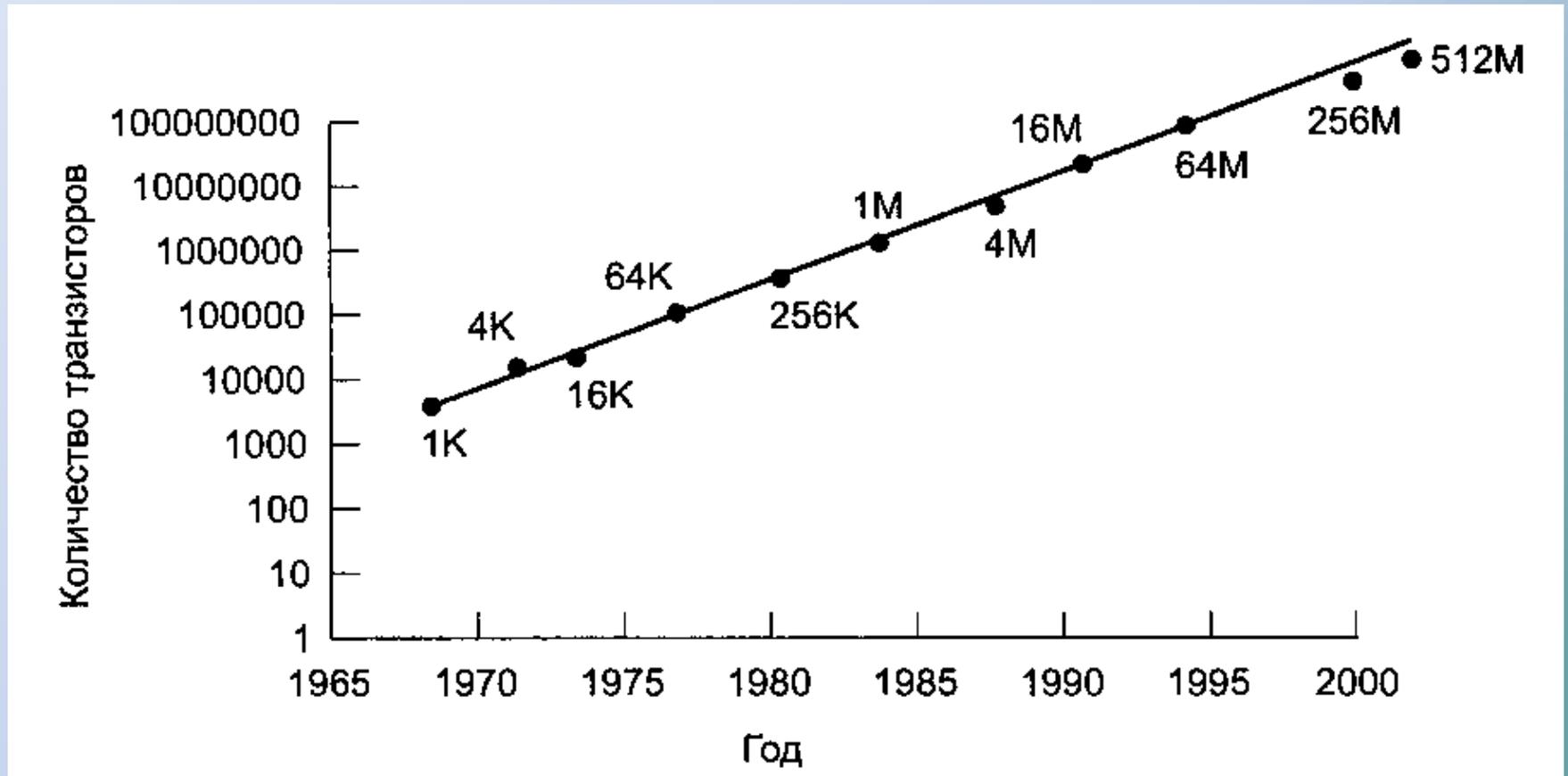


Время – относительная  
величина

*«Единственная причина  
для существования  
времени - чтобы все не  
случилось  
одновременно»*

*А. Эйнштейн*

## Зачем нужен тайм менеджмент?



1975 г. «Закон Мура» - объем компьютерной памяти удваивается примерно каждые два года.

2017 г.

## Многообразие тайм менеджмента

- 1) Личный (персональный) тайм менеджмент
- 2) Корпоративный (профессиональный) тайм менеджмент





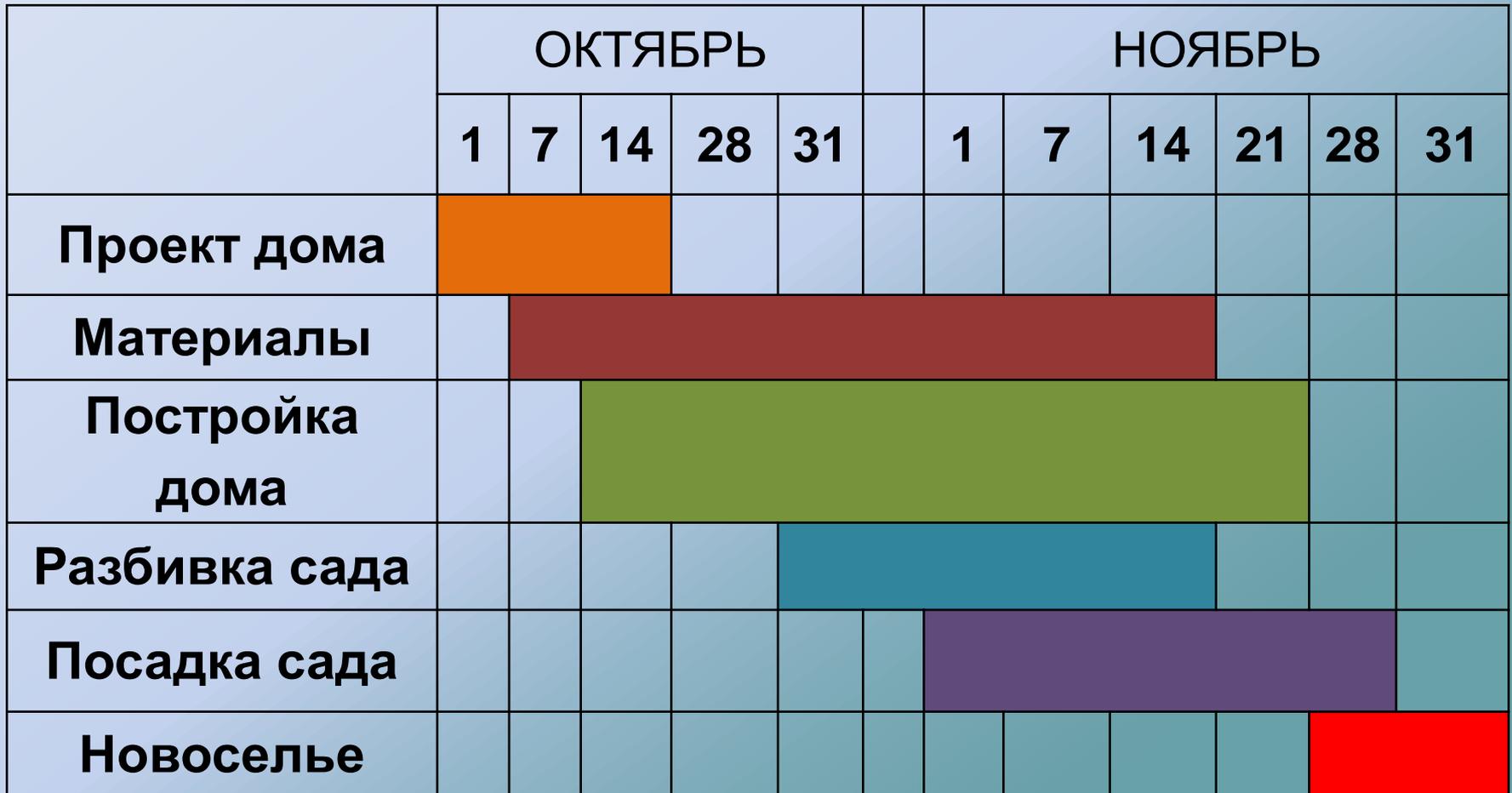
Самое сложное, ответить  
на вопрос: чего я хочу?

Издержки упущенных  
(альтернативных)  
возможностей - упущенную  
выгоду в случае, когда был  
выбран один из  
существующих  
альтернативных вариантов  
вместо другого

## Методы планирования и целеполагания

- 1) *Матрица Эйзенхауэра*. Все дела делятся на 4 типа приоритетов: А – важные и срочные; В – важные, но несрочные; С – неважные, но срочные; D – неважные и несрочные
- 2) *Метод расстановки приоритетов «ABC-анализ»*. Задачи разделяются на три типа: А – долгосрочные задачи; В – задачи среднесрочной перспективы т.е. решаемые в близком будущем; С – быстроисполнимые задачи

## «диаграмма Ганта» – визуализация времени



2017 г.

## Правила тайм менеджмента

- 1) Существует только ОДИН список дел
- 2) Список дел всегда находится при Вас
- 3) Выделить наиболее важные задачи не все они равноценны для Вас
- 4) Быстровыполнимые задачи сделать в первую очередь
- 5) Закон Парето
- 6) Мотивируй себя сам
- 7) Учитывай свои биоритмы
- 8) Доведи дело до конца

## Золотые «правила» планирования

- 1) Съесть лягушку на завтрак
- 2) Оставить время для форматора
- 3) Твоё окружение – ключ к успеху
- 4) Ликвидация/дистанцирование от хронофагов
- 5) Умейте сказать «нет»
- 6) Работа не волк – в лес не убежит
- 7) Анализ проделанной работы



Часы эти дедовы, отец дал их мне со словами: «Дарю тебе, Квентин, сию гробницу всех надежд и устремлений; не лишено мучительной вероятности, что ты будешь пользоваться этими часами, постигая общечеловеческий опыт, сведенный к нелепости, что удовольствует твои собственные нужды столь же мало, как нужды твоих деда и прадеда. Дарю не с тем, чтобы ты блюл время, а чтобы ты хоть иногда забывал о нем на миг-другой и не тратил весь свой пыл, тщась подчинить его себе»

*У. Фолкнер  
«Шум и ярость. Осквернитель праха»*

Спасибо за внимание!