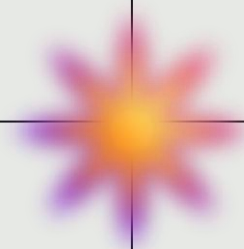



ГАЙМ

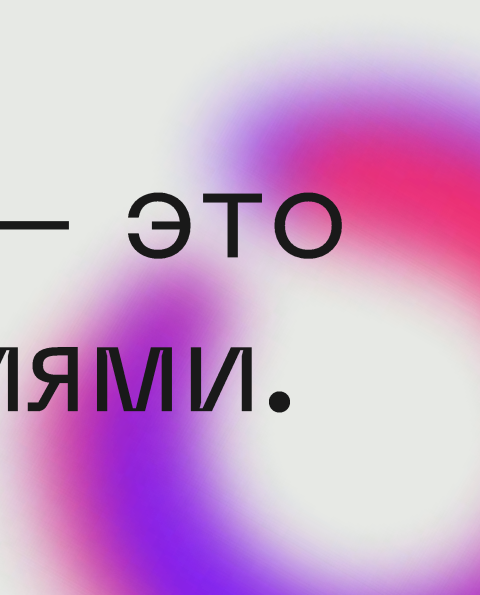
МЕРИЕДЖМЕНТ





Управлять временем
НЕВОЗМОЖНО.

Тайм-менеджмент — это
управление решениями.



1.

Ordovix

Отдых — это очень важно

- Кто не отдыхает — тот лох.
- ВФС — нужно делать перерывы по 10 минут каждые 2 часа.
- Хороший сон очень важен. Соблюдайте циклы сна. Если цикл 1,5 часа, то лучше поспать 7,5 часов, чем 8.
- Если после обеда клонит в сон, можно реально поспать. Но не более 30 минут, иначе станет тяжелее, а не легче.
- Отдых можно и нужно планировать.



2. Менпуагчиге задачу



Что делать с противными задачами

- Чтобы настроиться на работу, можно использовать «якорь» – какую-то материальную привязку к режиму работы.
- От сложной тягостной задачи можно сначала откусывать самые приятные и простые кусочки, пока не останется совсем немного – как сыр с дырками.
- Каждое утро съедай лягушку.
- Слона нужно есть по небольшим определенным бифштексам.

3.

Учен

Я работаю чтобы... что?

- Относитесь к себе, как к компании. Акционерное общество «Я». У компании есть миссия, стратегия и план развития.
- Цели должны быть родные, свои. Чтобы понять, а к тому ли мы стремимся, можно вести мемуарник.
- Цели можно ставить не только на год вперед, но и на пять и десять лет.
- Заведите стратегическую картонку и выпишите на нее, зачем вообще все это. Каждый день нужно жить с этой мыслью в голове: я работаю, чтобы...

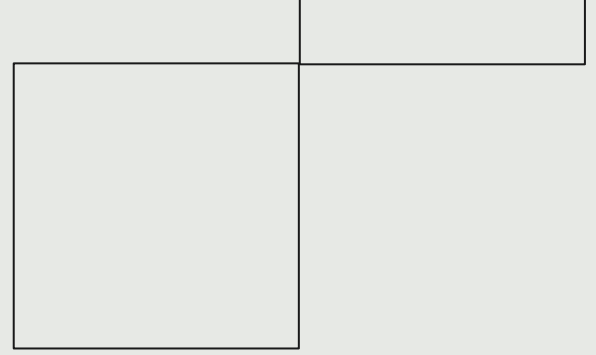
4.

Naahwa

Планируем свое время

- Планировать можно день или неделю.
- Между встречами лучше оставлять буфер в 1-2 часа, чтобы в случае задержки не потеряться.
- Планируйте отдых! И оставляйте время на переключение.
- Можно разбить план на день на две части: жесткие встречи и гибкие задачи.
- Можно выделить три главных дела на день и отталкиваться от них при планировании.
- Лучше группировать похожие задачи вместе, чтобы меньше времени тратить на подготовку.

5.



Прогноз науки



Обманиваем прокрастинацию

- Дело на самом деле простое и маленькое. Вопрос на 15 минут, надо просто сесть и избавиться от него уже.
- Дело можно и не делать. Его надо автоматизировать, делегировать, сделать по шаблону, засунуть в ChatGPT.
- Все равно придется сделать. Почему бы не сделать прямо сейчас?
- Почему на самом деле не хочется делать? Сложно? Страшно? Надо разобраться с источником проблемы.
- Вдохновляем себя и делаем, потому что мы самые крутые и все можем.



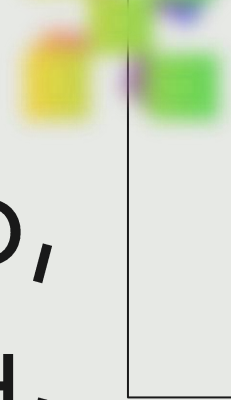
5.

Αβραάμ




Что делать, чтобы не горело

- Аккуратно планировать!
- Смириться, если появились новые вводные, и идти обсуждать их с клиентом. Лучше 100 раз спросить, чем накосячить и потом переделывать.
- Менять план, если что-то не складывается. Может быть даже выбросить старый и сделать новый.
- Сначала убедиться, что все горит, а потом уже начинать торопиться. Возможно, на самом деле аврала не было.
- Если видишь, что пожар у другого – предложи помочь. Даже если это клиент или руководитель.



План нужен не для того,
чтобы он был выполнен,
а для того, чтобы успеть
отреагировать, если
что-то пойдет не так.



Спасибо за внимание!

ИСТОЧНИКИ

1. Журнал «Кинжал»
2. Глеб Архангельский — Тайм-драйв
3. Максим Батырев — 45 татуировок...