

Время ограничено

Либо вы выбираете,
от чего отказаться,
либо мир выберет за вас



Матрица Эйзенхауэра

1

ВАЖНОЕ СРОЧНОЕ

Задачи, невыполнение которых может привести к потере денег, репутации, здоровья, работы, семьи в краткосрочной перспективе

Задачи, связанные с краткосрочными целями

2

ВАЖНОЕ несрочное

Задачи, невыполнение которых может привести к потере денег, репутации, здоровья, работы, семьи, но в долгосрочной перспективе

Также это задачи, в которых заинтересованы только вы: никто не напомнит вам о них

Задачи, связанные с долгосрочными целями

3

неважное **СРОЧНОЕ**

Задачи, которые можно выполнить только сейчас, иначе они не будут выполнены

Ежедневный «пинг-понг»

Входящие задачи

Задачи, которые могут быть делегированы

4

неважное несрочное

Задачи, которые можно не делать

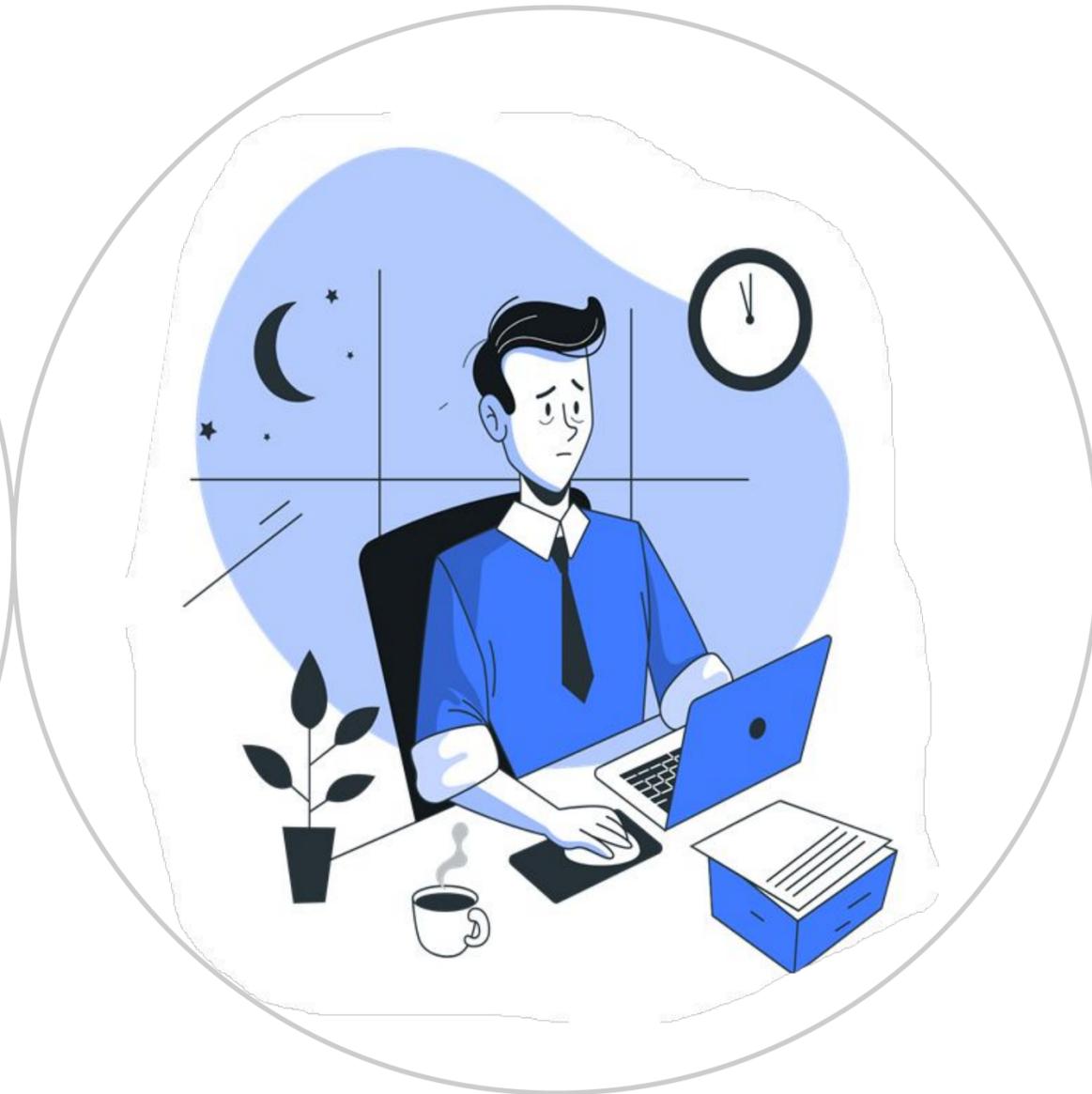
Интересные, приятные задачи

Отвлечения

Разговоры с коллегами

Соц.сети, чтение новостей





Сергей

Недавно получил повышение и теперь работает руководителем. У него появилось много новых обязанностей.

Он задерживается допоздна на работе, трудится в выходные, и все равно не успевает сделать все, что запланировал. Постоянно в режиме аврала, сроки проектов срываются.

Его жена недовольна, что они проводят вместе мало времени.

Он сам в режиме постоянного стресса.



ВАЖНОЕ СРОЧНОЕ

Подготовить презентацию к совещанию

Совещание завтра, мне выступать, поэтому важно и срочно

Выбрать и заказать подарок на день рождения близким

Срочно потому, что их должны успеть доставить ко дню

ВАЖНОЕ несрочное

Поставить прививки

Себе, жене, родителям. Детей в школе мониторят, а взрослые должны сами отслеживать календарь прививок, и мы все сроки уже пропустили...

Уделять внимание жене

Пока есть кому уделять внимание....

Прочитать книгу, которую давно собираюсь

Заняться спортом

Обучить сотрудника, чтобы он самостоятельно справлялся с задачей

Анализ и оптимизация рабочих процессов

неважное СРОЧНОЕ

Звонок коллеги поболтать/спросить детали по проекту

Ответить на некоторые электронные письма

Просьба руководителя к 15 часам прислать отчет

Просьба коллеги подготовить документы до конца дня

Посетить мероприятие

Помочь подчиненному с задачей

неважное несрочное

"Яндекс Дзен"

Соц.сети

Групповые чаты

Youtube

Новости спорта



Срочные неважные задачи – это
птенцы кукушки в вашем гнезде

В конце дня спросите себя:

- Что я делал?
- Чего можно не делать?
- Что можно было сделать не так срочно?



Неважные несрочные – это не замена отдыха

Устали

сделайте перерыв

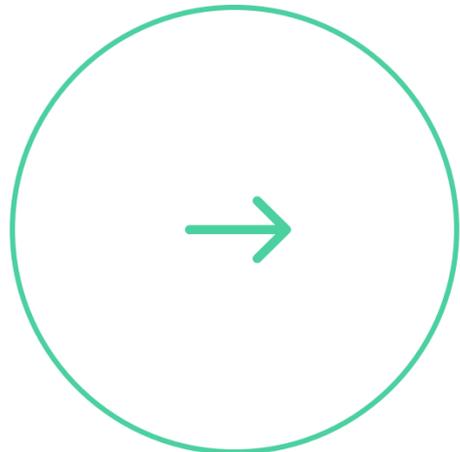
Хочется заняться неважным/несрочным выбирайте, как
долго и когда



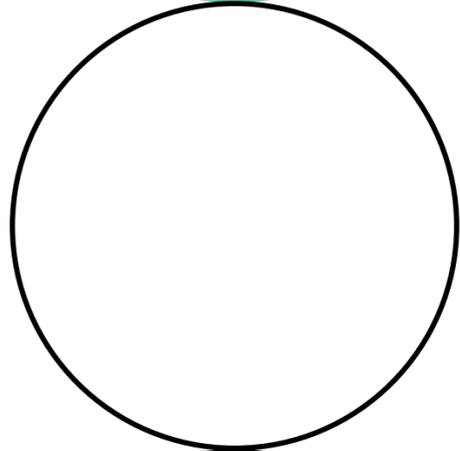
**Главное внимание
важным несрочным**



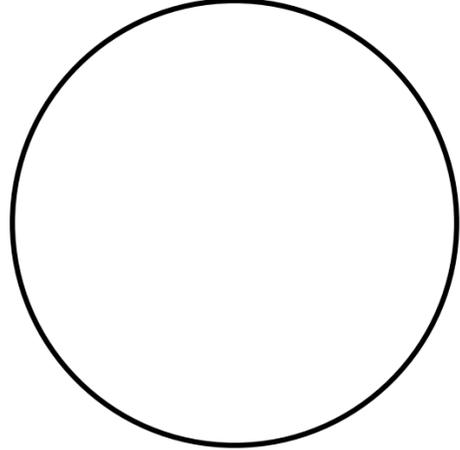
Как проработать важное несрочное



Составить
список целей



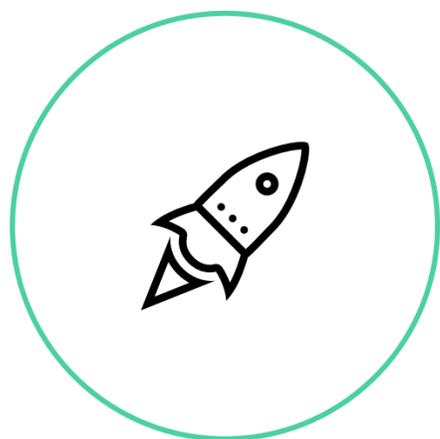
Определить
шаги, действия



Внести в календарь
жесткое планирование



Куда я живу?



Долгосрочные цели:
на 1 год, 3, 5, 10 лет



Мечты:
Жизнь конечна,
что я хочу успеть?



Образ жизни:
Семья, хобби,
саморазвитие



| Цели на 5 лет | Мечты | Рабочие цели | Семья | Здоровье | Образ жизни | Что конкретно делать? |
|-----------------------|--------------------------|---|---|---------------------|----------------------------------|-----------------------|
| Профессиональные цели | Поехать в Ирландию | Выучить подчиненного до уровня самостоятельного работника | Уделять внимание родителям | Стоматолог | Спорт | 1 час в неделю |
| Где я живу | Прокатиться на мотоцикле | | Проводить время с детьми | Прививки | Питание | 2 раза по 30 минут |
| Как я зарабатываю | | Получить сертификат "X" | Проводить время с супругом/супругой | Сахар | Научиться водить | 7 минут в день |
| В какой я форме | | получить повышение по работе | Составить семейное древо | Сердце | Выучить язык | 15 минут в день |
| С кем я | | | Больше общаться с братом/сестрой | Пить витамины | Читать | 1 раз в месяц |
| Дети? | | | Поддерживать контакт с "большой" семьей | Поддерживать осанку | Погулять с аудиогидом по городу | |
| Чем я занимаюсь | | | | | Гулять, проводить время на улице | |
| Что во мне изменилось | | | | | Хобби | |
| | | | | | Путешествовать | |