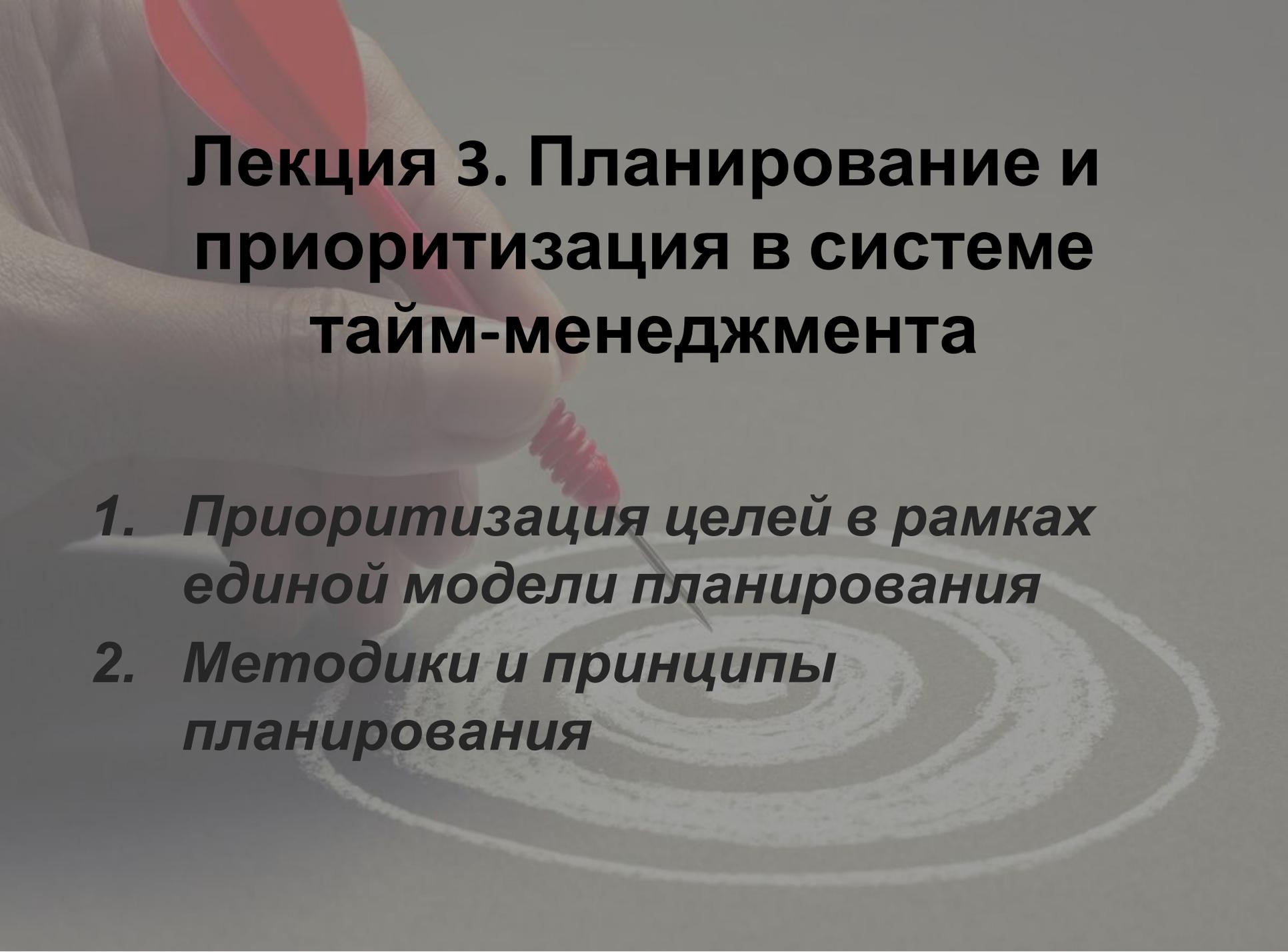


A hand holding a red pen is pointing at a target drawn on a chalkboard. The target consists of several concentric circles. The background is a chalkboard with a target and a hand holding a pen.

Тайм-менеджмент и личная эффективность

Лекция 3. Планирование и приоритизация в системе тайм-менеджмента

A hand holding a red pen is drawing a target on a chalkboard. The target consists of several concentric circles drawn with white chalk. The pen is positioned at the center of the innermost circle, as if about to complete it. The background is a soft, out-of-focus grey.

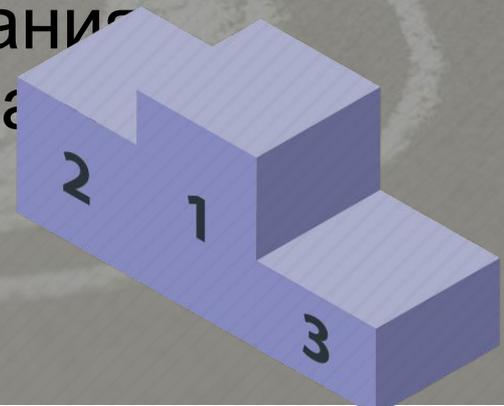
Лекция 3. Планирование и приоритизация в системе тайм-менеджмента

- 1. Приоритизация целей в рамках единой модели планирования*
- 2. Методики и принципы планирования*

1. *Приоритизация целей в рамках единой модели планирования*

Приоритет – это предпочтение, отдаваемое чему-либо или кому-либо по причине его большей значимости или временного опережения

Приоритизация - процесс расстановки приоритетов – показателя преобладания важности того или иного пункта плана над остальными



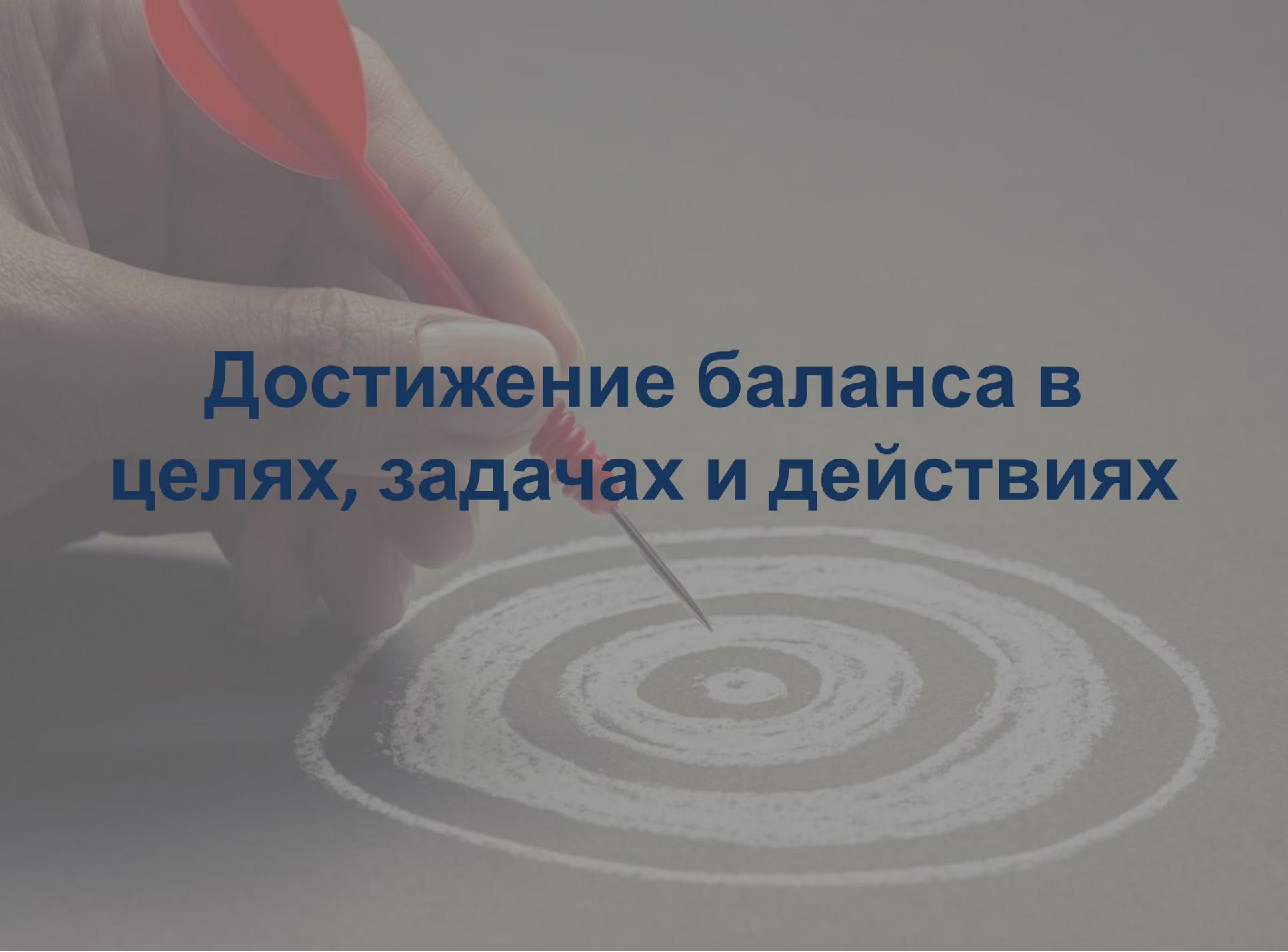
Правила приоритизации

1. Забыть о длинных списках
2. Отказаться от многозадачности
3. Быть дисциплинированным
4. Перестать выполнять ненужные действия
5. Планировать
6. Вознаграждать себя
7. Мыслить масштабно
8. Отсекать все лишнее
9. Разделять важное и срочное

Ошибки приоритизации

- Уделять слишком много времени и внимания мелочам
- Не уделять времени себе
- Высокие приоритеты во всем
- Только один приоритет



A hand holding a red pen with a silver tip, pointing at a target drawn on sand. The target consists of several concentric circles. The background is a soft, out-of-focus grey.

**Достижение баланса в
целях, задачах и действиях**

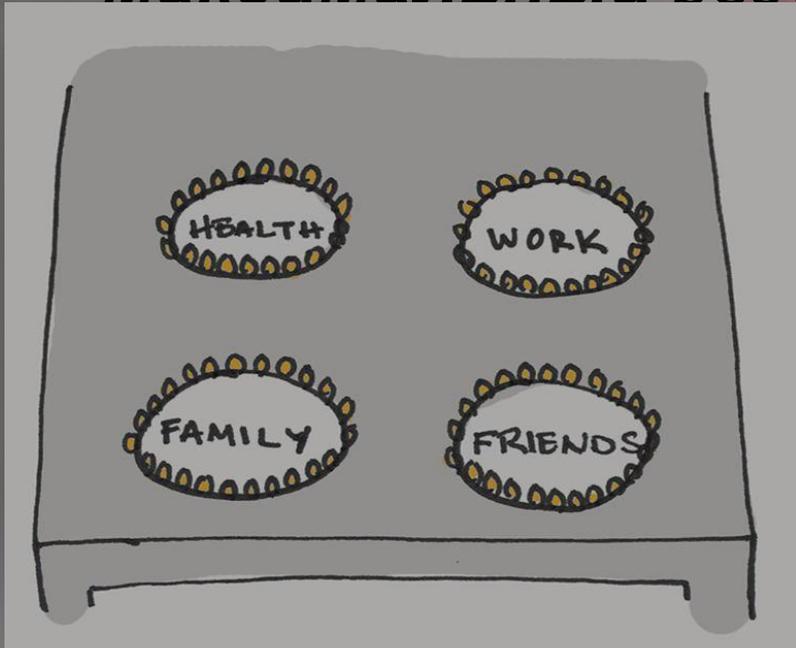
Матрица «Цели-ценности»

ЦЕЛИ	ЦЕННОСТИ					ИТОГО
	Семья	Здоровье	Карьера	Любовь	Хобби	
Получить образование	1	1	2	0	0	4
Получить права	1	0	1	1	1	4
Стать МС по боксу	1	1	1	1	2	6
Вести ЗОЖ	1	2	2	1	1	7
Купить машину	1	0	1	1	1	5

Теория «4-х горелок»

Два правила:

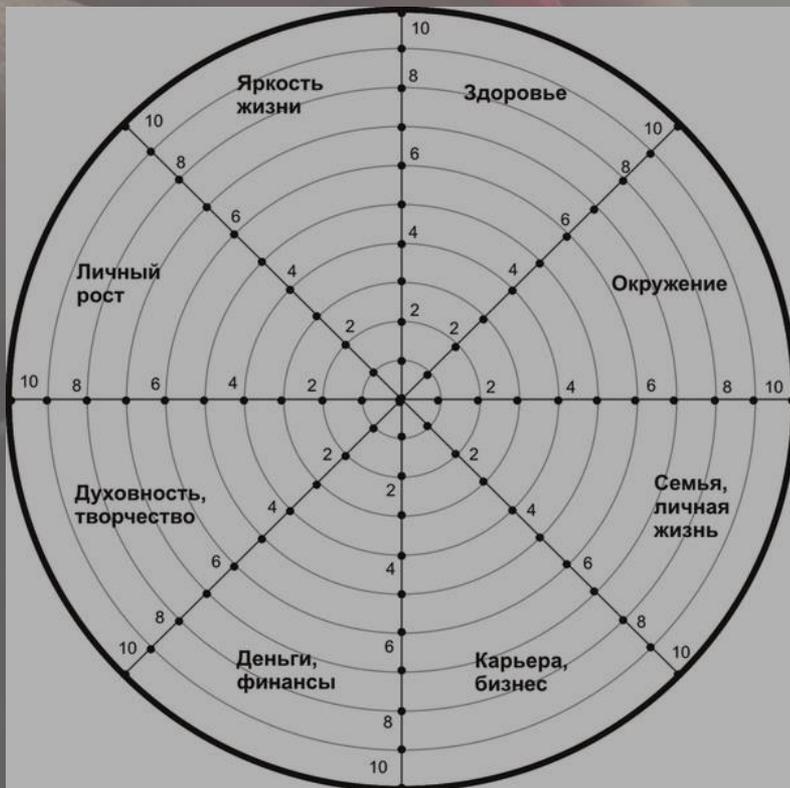
- **минимальный** результат - отключить *одну* горелку
- **максимальный** результат - отключить *две*

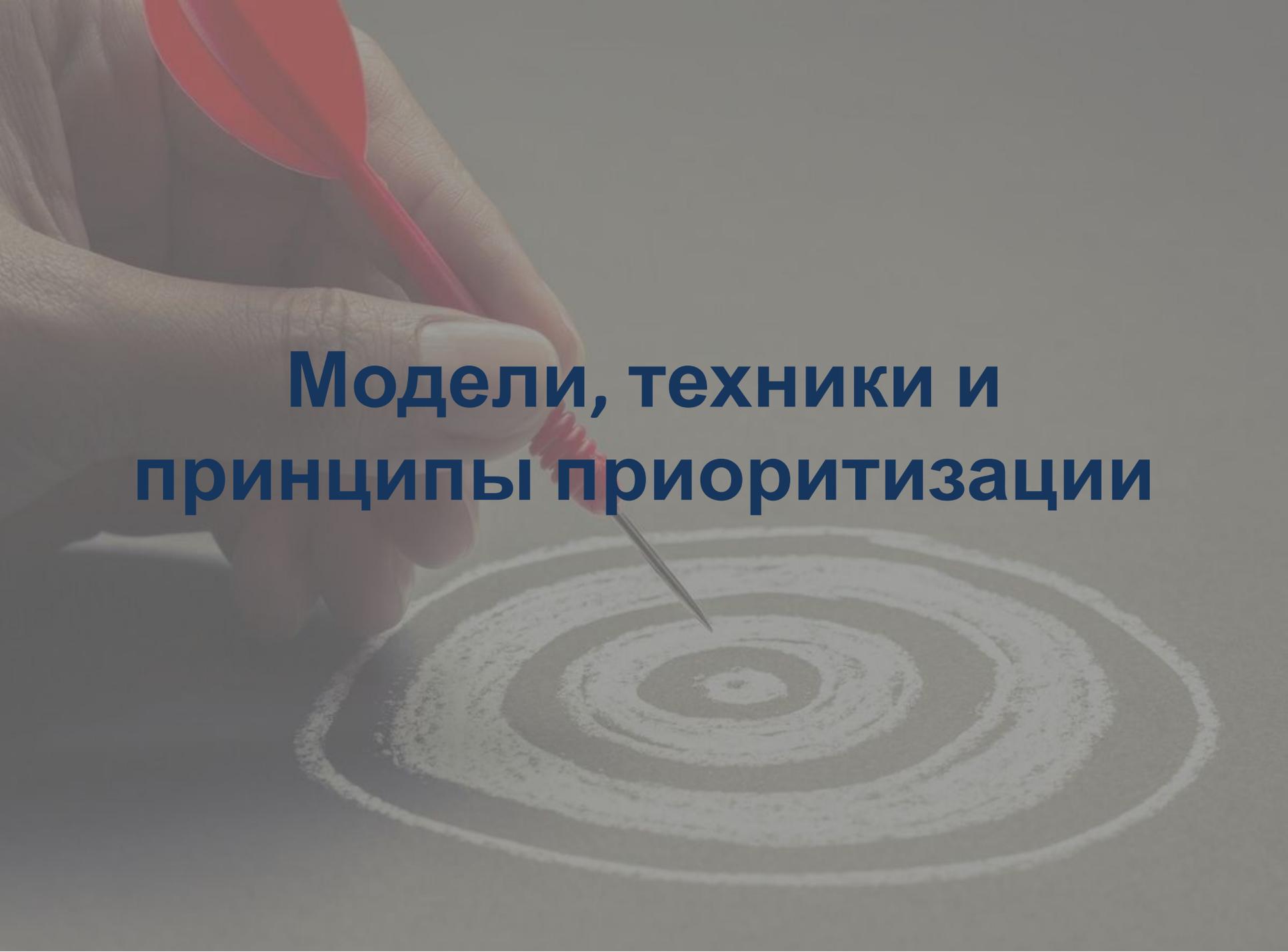


Действия:

- аутсорсинг
- принятие ограничений
- разбить жизнь на сезоны

Колесо жизни



A hand holding a red pen with a silver tip, pointing at a target drawn on sand. The target consists of several concentric circles. The background is a soft, out-of-focus grey.

Модели, техники и принципы приоритизации

Матрица Эйзенхауэра



ABC-модель Брайана Трейси



A

15%

65%

B

20%

20%

C

65%

15%

Принцип Парето



- A** **Важные**
- B** **80%**
- C** **Срочные**
- D** **Можно сделать**
- E** **Делегировать**
- Можно не делать**

Расстановка приоритетов по Питеру Друкеру

1. Правильно используйте время
2. Сотрудничайте с другими людьми
3. Опирайтесь на сильные стороны
4. Фокусируйтесь на целях
5. Систематизируйте процесс расстановки приоритетов

Квадрат Декарта

Что будет,
если это
произойде
т?

Что будет,
если это
НЕ
произойде
т?

Чего **НЕ**
будет, если
это
произойде
т?

Чего **НЕ**
будет, если
это **НЕ**
произойде
т?

Другие техники и методы приоритизации

1. Олимпийская
2. Попарное сравнение
3. Взаимное влияние
4. Вклад в глобальные цели
5. Многофакторный анализ
6. Метод «АБВГД»
7. Правило «1-3-5»
8. Энергетический метод
9. Метод Айви Ли

Неправильные техники приоритизации



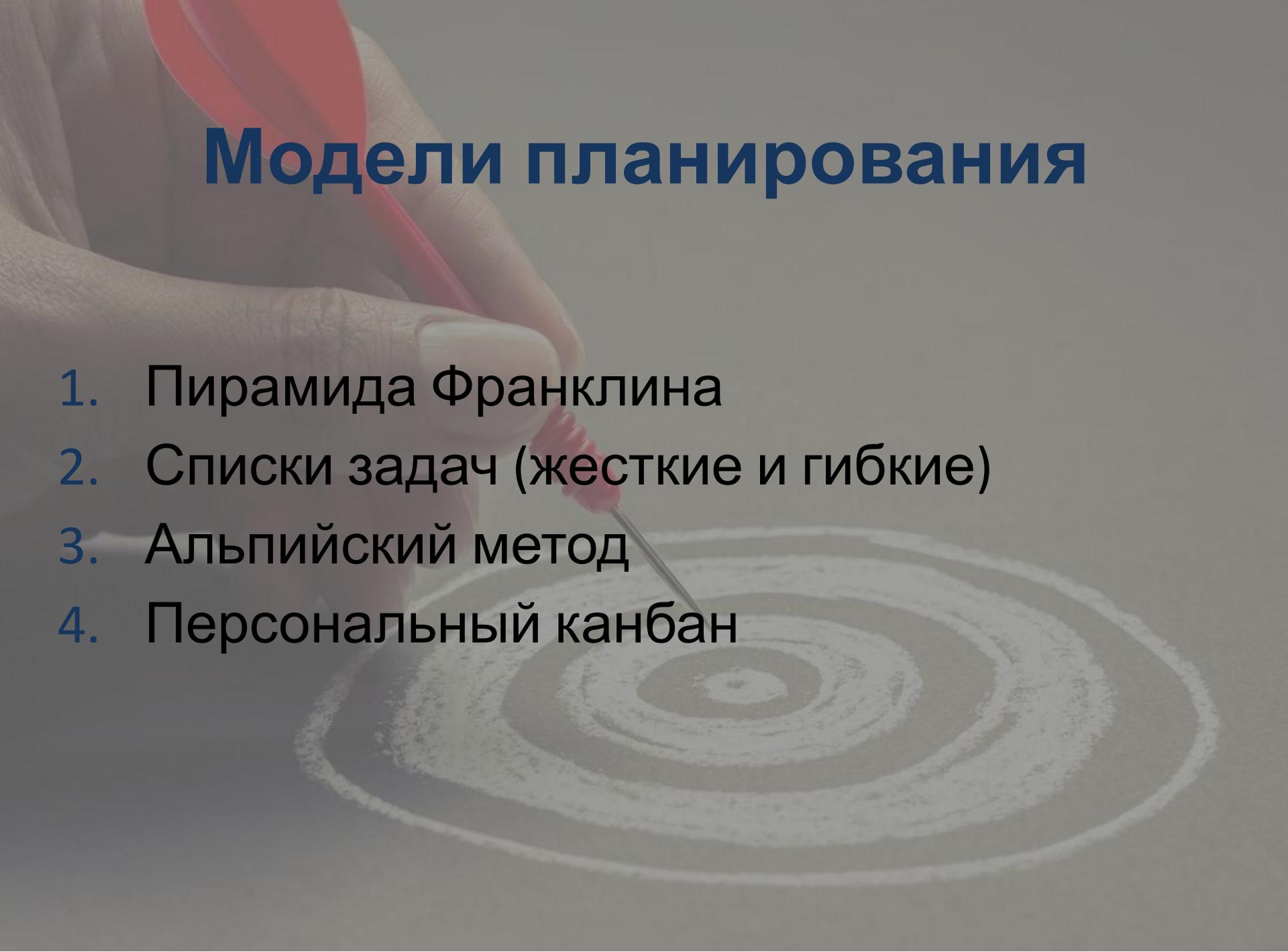
1. Лентяй
2. Мишень
3. Жареный петух
4. Скрипучее колесо

2. Методики и принципы планирования

- Найти свой метод
- Ведите записи
- Не старайтесь успеть сделать все
- План на неделю
- Журнал успеха
- Говорите «нет»
- Сначала думайте, потом делайте
- Критический взгляд на себя
- Не делайте чужие дела
- Саморазвитие
- Двигаться вперед

Принципы

Модели планирования

A hand holding a red pencil is shown drawing a target on a chalkboard. The target consists of several concentric circles drawn with white chalk. The background is a soft, out-of-focus image of the hand and pencil.

1. Пирамида Франклина
2. Списки задач (жесткие и гибкие)
3. Альпийский метод
4. Персональный канбан

Пирамида Франклина



Какие планы на завтра?

А через 5 лет / 3 года / 1 год / 6 месяцев?

Чего вы хотите достичь через 10 лет?

Как вы хотите воплотить свою миссию?

Как вы можете выразить свои ценности?

Что для вас важно?

Жесткие и гибкие задачи

» ЖЕСТКИЕ ВСТРЕЧИ

Здесь вы отмечаете на сетке времени Жесткие встречи — события, привязанные к строго определенному моменту. Жесткие встречи не должны занимать более 50–60% рабочего дня, остальное — для Гибких задач и неожиданно возникающих дел.

08.00	
09.00	
10.00	
11.00	
12.00	<i>Совещание: распределить задачи на неделю</i>
13.00	
14.00	
15.00	<i>Встреча Бета-линии: согласовать условия по 4 этапу</i>
16.00	
17.00	
18.00	
19.00	<i>Бассейн</i>
20.00	
21.00	

» ГИБКИЕ ЗАДАЧИ

Здесь вы выписываете Гибкие задачи — то, что нужно сделать сегодня, но не важно, в какое именно время. Более важные [2-3] выделите цветом, и выделяйте лучшее время им.

- 1. Запланировать платеж Онлайн-сервису – 4-й транш по договору*
- 2. Подписать накопившиеся документы*
- 3. Отредактировать презентацию к Совету директоров*
- 4. Проверить пресс-релиз по квартальным результатам*
- 5. Акты оценки нематериальных активов – связаться по протоколу разногласий*

» ПРОКОНТРОЛИРОВАТЬ

- 1. Секретарь: организация встреч с Н.Н., Н.К.*
- 2. Николаева: квартальный отчет*
- 3. Николаева: ключевые показатели эффективности отдела*
- 4. Иванов: предложения по проблеме с поставками*
- 5. Коммерческий отдел: проверить понимание новой ценовой политики*
- 6. Домработница: костюмы из хмизистки*

АЛЬПИЙСКИЙ МЕТОД

Формирование задания

- важные и обязательные задачи
- задачи из плана на неделю или месяц
- незавершенные задачи
- непредвиденные задачи

Оценка времени

Принцип Паркинсона

Резервирование времени

- 60% времени - запланированная работа
- 40% времени - резерв

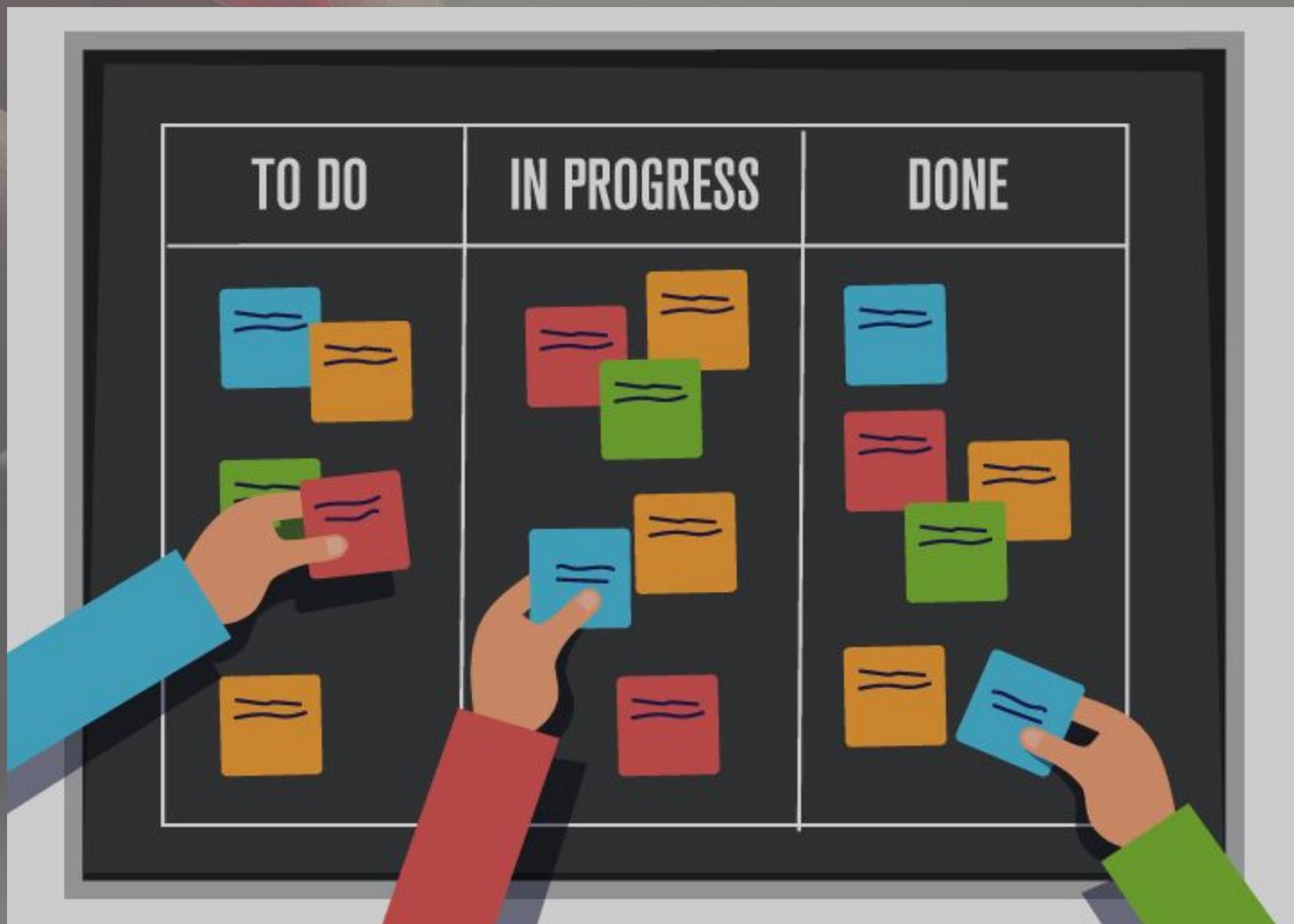
«Упаковка» дел

- Все за 60% времени
- Делегировать
- Оптимизация
- Перенос

Завершение

- Выполнение
- Контроль
- Корректировка

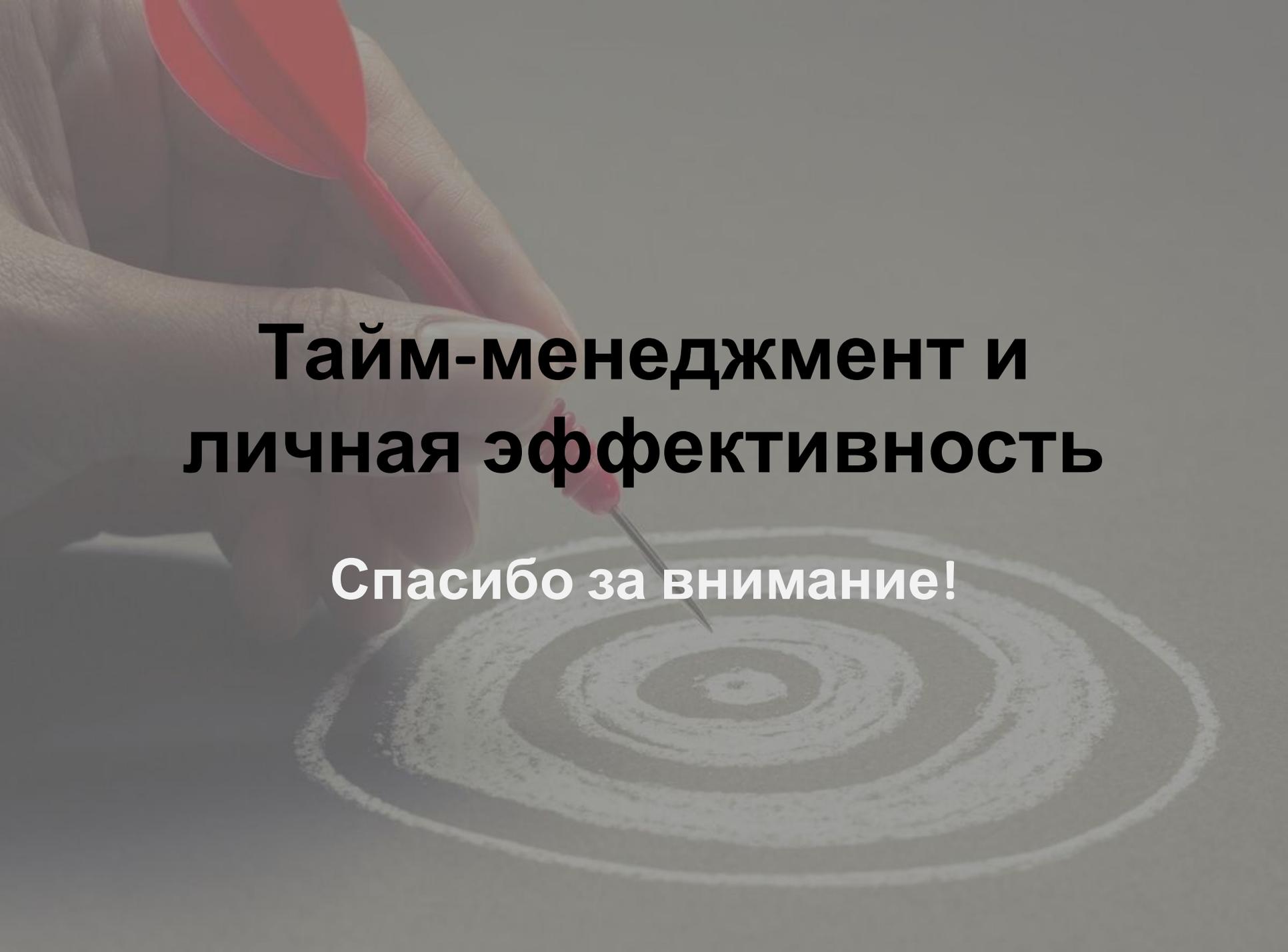
Персональный канбан



Другие модели планирования

1. Поедание лягушек на завтрак
2. Бифштекс из слона
3. Правило 2 минут
4. Fresh or Fried



A hand holding a red pen is pointing at a target drawn on a chalkboard. The target consists of several concentric circles. The background is a chalkboard with a target drawn on it. The text is overlaid on the image.

Тайм-менеджмент и личная эффективность

Спасибо за внимание!