



N O N P R O F I T

ZARZĄDZANIE CZASEM

3 PRAKTYCZNE WSKAZÓWKI, KTÓRE MOŻESZ OD RAZU ZASTOSOWAĆ

ĆWICZENIE

1. Spisz listę Twoich codziennych porannych czynności - od wstania do wyjścia z domu (np. do pracy czy inne zajęcia)
2. Policz ile ich jest
3. Teraz zaznacz te czynności, które są niezbędne do tego, aby wyjść z domu
4. Ile ich jest?
5. Jaki stanowią procent typowych porannych czynności?



Wniosek

To krótkie ćwiczenie pokazuje, że najważniejsze czynności, które są istotne dla wykonania zadania (jakim w tym ćwiczeniu jest poranne wyjście z domu) stanowią zwykle nie więcej niż 20-30%.

ZASADA PARETO

I tu pojawia się ważna reguła, która sprawdza się w wielu dziedzinach - zasada Pareto – zwana inaczej regułą 80/20.

Vilfredo Pareto to włoski ekonomista i socjolog, który rozszerzył zastosowania narzędzi matematycznych do analiz ekonomicznych. Zasada Pareto wykorzystywana jest także w **zarządzaniu czasem**. Według tej zasady 20 proc. nakładu naszego czasu przynosi aż 80 proc. efektów. I odwrotnie - 80 proc. nakładu czasu daje tylko 20 proc. wydajności. Są to wartości przybliżone, można powiedzieć obrazowe. Czasem jest to stosunek 75/25, innym razem 82/18.

Co to oznacza? **To, że należy się skupić na tych zadaniach, które przyniosą największe efekty.** Należy zrezygnować z działań, które zabiorą nieproporcjonalnie dużo czasu do osiągniętych wyników. Zasada idealnie sprawdza się, gdy mamy długą listę spraw do załatwienia. Czyli jeśli w ciągu dnia wykonasz 10 zadań, tylko 2 z nich będą naprawdę ważne i istotne dla Ciebie.

Choć w codziennym życiu czasem trudno rozpoznać, które zadanie w największym stopniu odpowiada za wyniki, to nie jest to niemożliwe. Przypomnij sobie wniosek z wykonanego przed chwilą ćwiczenia. Na początek wystarczy, że będziesz zwracać uwagę na to co robisz i co z tego wynika, czy możesz zrobić to inaczej, lepiej lub szybciej i następnym razem postaraj się to zrobić. Kiedy nabierzesz wprawy, pewne rzeczy zaczniesz niemal automatycznie wykonywać w sposób bardziej optymalny niż dotychczas mając na uwadze zasadę Pareto.



3 WSKAZÓWKI, KÓTRE WYNIKAJĄ Z ZASADY PARETO

1. Z listy zadań skup się na 2-3 pozycjach, które dadzą najwięcej korzyści z realizacji

W tym przypadku ważne jest, aby wiedzieć jaki jest cel wykonywanych zadań. Wyobraź sobie zadanie jakim jest sprzątanie domu. Na liście (lista może być rzeczywista lub wirtualna - ułożona w głowie) masz kilkanaście pozycji, a wśród nich takie, jak odkurzanie, porządki w szafkach kuchennych, ułożenie rzeczy w garderobie, pranie firan i zasłon, mycie podłogi, mycie łazienki itd. Prawdopodobnie już wiesz, że wszystkiego nie zdążysz zrobić. Wybierz więc te czynności, które są najważniejsze dla realizacji celu. Celem może być np. uporządkowanie domu przed wizytą znajomych zaproszonych na kolację. Wtedy nie musisz robić porządku w szafkach ani w garderobie. Wystarczy odkurzenie jadalni i posprzątanie łazienki lub WC. To da najwięcej korzyści w danej sytuacji.

2. Kolejność wykonywanych zadań ustalaj według ich ważności i w tak ustalonej kolejności wykonuj zadania

Takie postępowanie zwiększy szansę na to, że czas wykorzystamy bardziej efektywnie. Oczywiście przyjemniej jest zaczynać dzień od tego co łatwe i najbardziej interesujące. Jest to jednak pułapka. Z dużym prawdopodobieństwem można przyjąć, że te czynności pochłoną nas tak bardzo, że ostatecznie nie będzie już czasu na to co jest ważne dla realizacji celu. Jeśli sprzątanie domu przed przyjściem gości na kolację zaczniesz np. od porządkowania szuflady ze starymi zdjęciami, to jest bardzo duże prawdopodobieństwo, że już nic więcej nie zrobisz. Stare zdjęcia i wspomnienia tak Cię pochłoną, że cała reszta przestanie mieć znaczenie.

3. Wykonuj zadania wystarczająco dobrze

Nie wszystko, co robisz, musi być perfekcyjne. Przykładaj się do swoich obowiązków, staraj się, aby były wykonane dobrze, ale nie działaj pod wpływem hasła "wszystko albo nic". I tu znowu wrócę do przykładu ze sprzątaniami. Może po tym jak odkurzysz tylko jadalnię i umyjesz łazienkę nie będziesz mieć satysfakcji z porządnie wysprzątanego domu, ale za to zachowasz siły i energię na wspólny czas i dobrą zabawę ze znajomymi!

Źródło: <https://torunskieinspiracje.pl/pl/blog>, autor: Ela Reda