

Ласкаво прошу до методології «Як упорядкувати справи»

Ласкаво прошу до скарбниці методів і прийомів, що допоможуть вам бути більш енергійними, розважливими, чіткіше та усвідомленіше займатися поточними справами й отримувати кращий результат і з меншими зусиллями. Якщо ви схожі на мене, ви любите впорядковувати справи та виконувати їх якісно і, крім того, насолоджуватися життям, хоча це здається вельми примарним і навіть неможливим, якщо працювати надто багато. Це не пропозиція опцій «або — або». *Насправді* можливо ефективно *працювати* і чудово *жити* в цьому звичайному буденному світі.

На мою думку, продуктивність — це гарна річ. Можливо, ваша робота важлива, цікава чи корисна. Можливо, ні, але її все одно потрібно виконувати. У першому випадку ви прагнете отримати якомога більше віддачі від затрачених часу та зусиль. У другому — ви бажаєте зайнятися іншими справами якнайшвидше, без надокучливих «хвостів».

І що б ви не робили, вам, звісно, хочеться відчувати менше напруження та більше впевненості в тому, що ви чините правильно: випити кучоль пива з колегами після роботи, вночі споглядати дитину, котра спить у колисці, відповісти на електронного листа, провести декілька невимушених хвилин з потенційним клієнтом після зустрічі — це саме те, що вам і слід робити в цей конкретний момент.

Мистецтво давати розуму відпочивати і звільняти його від усіх хвилювань і турбот є, можливо, одним із секретів видатних людей.

— Капітан Дж. А. Гетфілд

Основною метою написання цієї книги і стало прагнення навчити вас, як бути максимально продуктивним і розслабленим, коли ви того потребуєте. І після багатьох років, упродовж яких я ділився цією інформацією і проводив тренінги по всьому світу за різноманітних обставин для абсолютно різних людей, незалежно від їхнього становища та віку, я можу однозначно запевнити: це працює.

Звідки ви знаєте, що ви наразі робите саме те, чим ви маєте займатись у конкретний проміжок часу? Жодне програмне забезпечення, семінар, записник, крутий смартфон чи навіть персональна місія не доточать вам годин у добу, не спростять завдання і не зроблять цей, часто складний, вибір за вас.

Якщо правильно користуватися цими інструментами, вони допоможуть вам ухвалювати рішення, але не підтримуватимуть

Що ж до методів, то їх може бути мільйон і ще трішки, але принципів існує лише декілька. Людина, що оволоділа принципами, може успішно обрати свої методи. Людина, яка випробовує методи, ігноруючи принципи, напевне вскочить у халепу.

— Ральф Волдо Емерсон

за вас контроль і зосередженість. Більше того, щойно ви навчитеся підвищувати продуктивність своєї праці, ви отримаєте нову прийнятну порцію зобов'язань і творчих цілей, а з ними — такі вимоги, що жодна проста формула, новомодне слівце чи гаджет не допоможуть утримуватись на плаву на новому етапі вашої роботи і життя. Ви можете запровадити особисті

звички й інструменти, що діятимуть певний час, але будь-яка велика зміна, як-от значне просування в кар'єрі, перша дитина чи купівля будинку, перевірить їх на стійкість і може створити певні незручності (якщо не безлад!).

Хоча не існує єдиної техніки або інструменту для вдосконалення організованості та зростання продуктивності, є декілька конкретних речей, що полегшують цю справу. З роками я віднайшов прості процеси, які ми всі можемо опанувати і які значно поліпшать нашу здатність конструктивно справлятися

з життєвою рутинною, водночас приділяючи увагу нашим пріоритетам. Ці практики вже підтвердили свою універсальну життєздатність. Їх можна застосовувати і тоді, коли вам дванадцять років і ви намагаєтеся виконати домашнє завдання, і коли вам потрібно провести реорганізацію відповідно до корпоративних стратегій після останнього засідання правління, і ще у багатьох інших випадках.

Ця книга є зібранням більш як тридцятирічних вартісних відкриттів щодо особистої та організаційної продуктивності — інструкція з максимізації віддачі та мінімізації докладання зусиль в умовах світу, де обсяг, мінливість і складність роботи постійно зростають. Я і багато моїх колег провели сотні тисяч годин, навчаючи деяких найрозумніших і найбільш зайнятих людей на їхніх робочих місцях, у них вдома (за зачиненими дверима), допомагаючи їм полегшувати та організувати роботу і виконувати зобов'язання. Відкриті мною методи довели свою високу ефективність у всіх типах організацій, для кожної посади, в різних культурах, навіть у школі та вдома. Після років тренувань досвідчених і високопродуктивних професіоналів (разом з їхніми дітьми!) я знаю, що світ потребує цих методів.

*Тривожність спричинюється
браком контролю,
організації, підготовки та дії.*

— Девід Кекіч

Топ-менеджери прагнуть досягти надмірної продуктивності в управлінні, в праці своїх підлеглих, у способі життя і водночас підтримувати особистісний баланс. Вони знають, і я знаю, що за дверима, зачиненими після роботи, залишаються дзвінки без відповіді, завдання, які потрібно делегувати, неопрацьовані питання із зустрічей і обговорень, завдання «згори», що потребують з'ясування і контролю, невиконані особисті зобов'язання та десятки потенційно важливих електронних листів з-поміж сотень (а може, й тисяч) не переглянутих. Багато з цих бізнесменів є успішними, оскільки подолані ними кризи і реалізовані можливості більші за проблеми, яким вони дозволяють виникати

в офісах, вдома та в портфелях. Але зважаючи на темпи сьогоденного бізнесу та життя, рівновага часто є хиткою.

Більшість же працівників перебуває у критичній ситуації, коли вони не приділяють достатньої уваги шкільним виступам їхніх дітей, спортивним іграм, розмовам перед сном чи навіть коли просто не в змозі «бути тут і зараз» повсякчас. Наше суспільство просочене страхом — відчуттям, що ми мусили б зараз робити те, чого не робимо. І це створює напругу, від якої немає порятунку та відпочинку.

З одного боку, ми потребуємо перевірених інструментів, що допоможуть зосередити сили стратегічно і тактично, нічого не випускаючи з поля зору. З другого боку, слід створювати мисленеві звички і таку атмосферу на роботі, які би вберегли найбільш бентежних трудоголівків від вигорання через стреси. Нам необхідні стандарти позитивної праці та стилю життя, які б надовго приваблювали найкращих і найрозумніших до наших компаній, і нам варто мати особисті методи, що сприятимуть ясності, контролю та креативності для наших близьких і, найважливіше, для нас самих.

Ми знаємо, що цих методів украй потребують у різних організаціях. Вони також затребувані в школах, де наших дітей здебільшого не вчать, як опрацьовувати інформацію, як концентруватися на отриманні результату, до яких дій вдаватися для його досягнення. Вони потрібні й для кожного з нас, щоб успішно використовувати всі надані нам можливості і таким чином підтримувати й плекати світ довкола себе.

Сила, простота й ефективність того, з чим я вас знайомитиму, найкраще пізнаються на досвіді з вашого реального життя. Коли ви читатимете цю книгу, у вас, безперечно, з'являться думки, як ви могли б застосовувати те, про що я розповідаю. І коли вам трапиться реалізувати прочитане, ви будете щедро винагороджені. Ваше усвідомлення сягне глибшого та значнішого рівня. Ви

побачите користь у розумінні моделей і відчуєте їх перетворювальний вплив.

Ця книга неодмінно приведе динамічне мистецтво управління робочим процесом і персональною продуктивністю до лінійного формату. Я намагався укласти її у такий спосіб, щоб у міру прочитання ви водночас бачили наснажуючу загальну картину та відчували задоволення від негайних результатів.

Здоровий скептицизм часто є найкращим способом оцінити те, що вам пропонують, — випробуйте почуте, за можливості доведіть його хибність. Адже саме в залученні вашої уваги прихований ключ до розуміння.

Книга має три частини. У першій описано загальну картину, тезово подано огляд усієї системи і пояснення її унікальності та своєчасності, відтак представлено основну методологію в її стислій формі. У другій частині показано, як застосовувати систему. Це ваш персональний тренінг із повсякденного покрокового впровадження моделі. Третя частина презентує найбільш витончені та повні результати, на які ви можете розраховувати за умови поєднання методології та моделі з вашою роботою і життям.

Неминуче траплятимуться повтори у змісті всіх трьох частин. Базова методологія є відносно простою, але її можна висловити і зрозуміти з різною мірою глибини та деталізації, з різних поглядів і на різних прикладах.

Я хочу, щоб ви долучилися, випробували це все на собі, навіть заперечили. Я волю, щоб ви самостійно дійшли висновку, що обіцяне мною не просто можливе, а доступне вже зараз. І я хочу, щоб ви знали — все, що пропоную тут, *легко виконати*. Для цього взагалі не потрібно нових умінь. Ви і так знаєте, як зосереджуватися, як записувати справи, як визначати результат і дії, як розглядати варіанти і робити вибір. Ви отримуєте підтвердження того, що багато речей, які ви виконували інстинктивно та інтуїтивно, були правильними. Я покажу вам способи підняти ці базові вміння на новий рівень ефективності. Я хочу наснажити вас узяти все це в нову поведінкову модель, яка здивує вас.

Час від часу я розповідатиму про людей, котрі користуються цим матеріалом. Останні три десятиліття я був консультантом

Здоровий скептицизм часто є найкращим способом оцінити те, що вам пропонують, — випробуйте почуте, за можливості доведіть його хибність. Адже саме в залученні вашої уваги прихований ключ до розуміння.

з управління, тренером керівників — наодинці, з партнерами і як засновник всесвітньої тренінгової компанії. Моя робота складалася здебільшого з проведення приватних тренінгів, майстер-класів і презентацій, заснованих на пропонованих тут методах. Я і мої

колеги встигли попрацювати з тисячами людей індивідуально і з сотнями тисяч — на наших внутрішніх і відкритих семінарах по всьому світу. Ми і тепер підтримуємо зв'язок з деякими видатними людьми з різних країн. На цьому підґрунті базуються мій досвід і приклади.

Я так само продовжую вчитися. Буває, втрачаю контроль і не можу зосередитися, як і більшість з нас. Я також мушу регулярно вдаватися до описаних тут вправ, щоби підтримувати думки ясними і чистими. Як я писав у розд. 15, це набір поведінкових звичок на все життя, яких слід дотримувати на високому зрілому рівні. У цій книжці я не ділюся нічим, чого б не випробував на власному досвіді, не перевірів на придатність і не використовував у тій чи іншій формі.

Те, що я обіцяю, чудово описав один з моїх клієнтів: «Коли я взяв принципи цієї програми за звички, це *врятувало* моє життя... коли я повірив у них, це *змінити* моє життя. Це щеплення проти щоденного «гасіння пожеж», так званих термінових і критичних робочих вимог, це антидот від розбалансованості, яку люди самі приносять у життя».

Частина

I

**Мистецтво
упорядкування
справ**

[Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>](http://kniga.biz.ua)

Розділ 1

Нова практика для нової реальності

Людина може виконувати приголомшливу кількість справ з не-обтяженою головою і відчуттям розслабленого контролю. У такий спосіб, з підвищеним рівнем ефективності та продуктивності, приємно жити і працювати. Ви повністю віддаєтеся справі,

Ми можемо зробити лише одну річ — і найщасливішими є ті, хто зробить це з максимальною віддачею. Ми можемо цілковито присвятити себе цьому моменту, тут і зараз. І всю увагу можемо приділити можливостям, що відкриваються перед нами.

— Марк Ван Дорен

якою наразі зайняті. Здається, що час зникає, а ваша увага цілковито працює за вашою командою. Ви робите саме те, що і повинні робити, враховуючи весь спектр ваших зобов'язань та інтересів. Ви вільні та готові діяти.

Такий стиль роботи є вирішальним для успішних, високопродуктивних професіоналів, такий режим необхідний для здорової психіки будь-якої людини, котра потерпає від перенапруження у різних життєвих ситуаціях. Якщо ми хочемо вільно вкладати зусилля у найбільш значущі для нас справи, ця базова платформа є оптимальною.

Ви вже знаєте, як задіяти все необхідне для досягнення цього здорового продуктивного стану. Проте якщо ви належите до більшості людей, ви маєте застосовувати ці вміння систематично та вповні, аби триматися на вершині справ, а не бути похованими під ними. І хоча описані в цій книжці методи й техніка є вкрай

практичними і ґрунтуються на здоровому глузді, більшості людей доведеться переглянути свої основні звички, щоб сповна насолодитися перевагами цієї системи. Потрібно внести незначні зміни у спосіб, в який ви визначаєте та організовуєте речі, що володіють вашою увагою, — і це суттєво поліпшить здатність впоратися з ключовими аспектами щоденних справ. А отримані результати можуть докорінно змінити ваше життя.

Методи, які я пропоную, ґрунтуються на трьох основних цілях: 1) визначити *всі* речі, які потрібно зробити або які можуть бути корисними для вас — зараз, згодом, одного дня, великі, маленькі чи щось посередині, — занотувати їх у зручний і логічний спосіб і не тримати більше в голові; 2) скерувати себе на ухвалення первинних рішень стосовно всіх проблем, що можуть з'явитися у вашому житті, щоб ви завжди мали наготові робочий план першочергових дій, до яких можна вдатися або переглянути їх у потрібний момент; 3) координувати і впорядковувати весь цей зміст, повсякчас усвідомлюючи численні рівні відповідальності перед собою та іншими.

Ця книга пропонує підтвержені методи високопродуктивного керування робочим процесом. Вона дає необхідні інструменти, підказки, техніки та секрети їх застосування. Ви виявите, що принципи і методи можна невідкладно застосовувати до будь-якої діяльності на роботі та вдома.* Те, що я описую, можна втілювати як безперервний динамічний стиль дій в особистому чи професійному житті, як це багато людей чинили до вас. Або подібно до інших ви можете використовувати це як посібник з контролю всіх процесів, у яких ви задіяні.

* Під терміном «робота» в його найширшому значенні я розумію все, що ви волієте чи потребуєте змінити. Багато хто розмежовує поняття «робота» і «особисте життя», але не я. Для мене прополоти сад або оновити заповіт є такою ж «роботою», як написати цю книгу чи проконсультувати клієнта. Всі методи і техніки можуть застосовуватися до всього спектра «робота — приватне життя». Так і треба чинити, щоб вони були ефективними.