

СТАНИСЛАВ АБРАМОВ

ЗАНИМАТЕЛЬНЫЙ
ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ...
ИЛИ УПРАВЛЯЕМСЯ ИГРАЯ



В последние 20 лет издано немало пособий по Организации времени (Тайм-менеджменту — ТМ), системе навыков рационально тратить бесценный ресурс — своё личное время. Книга Станислава Абрамова «Занимательный тайм-менеджмент... или Управляемся играя» открывает в этой области совершенно новую страницу. Обоснованы теоретические составляющие ТМ — Системность, Операционный менеджмент, Мотивация личности и Игровой подход. На этих основах создан понятный механизм использования личного времени — Система Планирования и Контроля (СПК). Главной частью СПК является Эффективный месячный план, который позволяет взять под контроль собственную жизнь и достигать поставленных целей комфортно, играя, определяя с большой точностью эффективность своей деятельности подобно спортивным результатам.

Станислав Абрамов ЗАНИМАТЕЛЬНЫЙ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ... ИЛИ УПРАВЛЯЕМСЯ ИГРАЯ

Предисловие



Хочу признаться честно, что предлагаемая в данной книге личная *Система планирования и контроля (СПК)* была разработана вынужденно. Кандидат технических наук (более 50 научных работ и изобретений), капитан 1-го ранга, автор трёх юмористических книг стихов, наконец, теннисист и шахматист должен был как-то сносно упаковать свои занятия в отведенном ему времени.

Многочисленные пособия по *Организации времени (Тайм-Менеджменту)* предлагают, главным образом, рекомендации по освоению: постановки жизненных целей; определения основных приоритетов деятельности; — инструментов планирования; способов мотивации к достижению успехов.

Книга отличается тем, что Организация Времени направляется в русло количественной оценки *Эффективности* личной деятельности. Зачем и кому нужна такая оценка? Это как деньги: не самое главное в жизни, но второе после главного. Если есть единый показатель, значит, есть база для сравнения, чего ты «стоил» в разные годы жизни.

Настоящая *Система Планирования и Контроля* опирается на такие основы как *Системность, Операционный менеджмент, Теория Мотивации личности*, а также *Игровой подход*, которые изложены здесь в простом и, надеюсь, удобопонятном виде. Автор относится к Тайм-менеджменту не слишком серьезно, о чём говорят его юмористические стихотворные эпиграфы к некоторым разделам.

Итак, организуем наше личное время, *Управляемся играя.*

Книга будет полезна руководителям, творческим работникам, спортсменам, а также широкому кругу читателей.

Автор глубоко признателен своей жене Алле, без которой написание этой книги было бы невозможным.

Введение

На корабле, где я служил по счастью,
Заведовал артиллерийской частью
Пусть ростом мал, но бравый Поминчук.
(И почему о нём я вспомнил вдруг?)

Порою командир сойдёт гулять на берег
И целиком корабль Поминчику доверит:
— Чтоб было всё тип-топ!
— Есть! — отвечает тот.
И через пять минут он сварщика зовёт.

Подкову показав, командует ему:
— Приваришь, Иванов, эмблему на корму!

А в следующий раз объявит Иванову:

— Приваришь, Иванов, на камбузе подкову!

Затем — и на трубу, фок-мачту, на шкафут...
Подковы, что грибы, на корабле растут.

По пьяни Поминчук нам пояснил однажды:

— В истории свой след оставить может
каждый.

Чтоб не пропасть навек затерянным в толпе...
«Прозóрливый» — на «П», и Поминчук — на
«П»!

С. А., Остаться на века

Для кого предназначен тайм-менеджмент (ТМ)?

Проще сказать, — кто в нём не нуждается,
например:

- Один из героев Маяковского, «нам, мол, с вами думать неча, если думают вожди»;
- Гоголевский Манилов, лелеющий бессрочную идею, а хорошо бы...;
- Просто счастливый человек, который «часов не наблюдает»;
- Озабоченный избытком времени, которое надо убить, настоящий злодей.

Нашедшим себя в данном списке предлагается закрыть эту книгу с легким сердцем, оставшимся сообщаем:

Тайм-менеджмент, или Управление временем, является системой управления собой, которая, по мнению специалистов, позволяет:

— успеть реализовать все свои планы — *Кейт Кинан*;

— более эффективно использовать свои силы и время — *Маршалл Кук*;

— увеличить эффективность и продуктивность, снизить уровень стресса — *Брайан Трейси*;

— продвигаться по направлению к значимым целям и достигать их — *Джулия Моргенстерн*;

— не только для достижения успеха, но и для сохранения вкуса к жизни — *Г. А. Архангельский*;

— ценить Время не как средство, а как возможность творения — *Даниил Гранин* о профессоре *Любищеве*.

Что можно добавить к приведенному перечню?

Автор этой книги со школьных лет был обречен взять под контроль своё время. Медлительней этого увальня была только китайская

панда. Память имелась так себе, ни ловкостью, ни силой не отличался, — типичный «копуша», как говорила его мама, которая хваталась за сердце, если он приносил из школы любую оценку ниже пятерки.

Но в душе мальчишка был игроком с целым букетом разнообразных пристрастий, которые надо было как-то увязать в одной персоне. Его набор организационных приемов сложился как бы само собой: множество занятий требовало чередования учёбы и спорта, трудных и лёгких домашних заданий — и всё!

В старших классах он был включен в городскую легкоатлетическую сборную среди школьников, стал чемпионом области по боксу во втором полусреднем весе, с азартом играл в шахматы, сочинял юмористические стишки. Окончил школу с золотой медалью (как прокурор у Льва Толстого в «Воскресении», который от этой медали был глупым вдвойне).

— Как ты везде успеваешь? — спросила его девочка из соседней школы. Вопрос остался в памяти, что нельзя сказать об ответе.

С годами желание успевать (наука, литература, спорт) привело автора к необходимости разработки метода управления личным временем. Постепенно складывалась собственная *Система планирования и контроля* — *СПК*.

Скорее хорошо, чем плохо, но я в молодости не знал всемогущего *Тайм-менеджмента*, иначе мне не пришлось бы выдумывать свой *ТМ* — велосипед, на котором я удобно качусь по жизни третье десятилетие. Но поскольку такой велосипед существует, нормальным людям предлагается сразу садиться в седло, а не тащиться пешком по крутым ухабам *Организации времени*.

Когда я защитил кандидатскую диссертацию по электротехнике, продолжая заниматься спортом (теннисом) и литературой (юмористические стихи), возникла мысль, нельзя ли этот набор применить к организации времени?

На каких китах покоится СПК (подробно в Главе 2):

1. Системность: деятельность личности как единая система;
2. Операционный менеджмент: превращение запасов времени в результат деятельности;
3. Мотивация личности на достижения жизненных целей;
4. Игровой подход: *Эффективный Месячный План*.

И всё вместе — не принимать планирование жизни слишком серьёзно.

Что ещё новенького в тайм-менеджменте даёт СПК?

— Определено взаимодействие таких понятий как активность, результативность и эффективность личной деятельности;

— Показано, как выражаются числовыми значениями приоритет и активность (весомость) задач;

— Обоснована необходимость сближения весомости и приоритета задачи для обеспечения комфортной жизни (любимым делам — наибольшее время).

С помощью СПК возможно:

- получать хорошие результаты в различных сферах деятельности и сравнительно просто измерять эти результаты;

- иметь в любой момент времени отметку на пути продвижения к целям;

- превратить приятное занятие в нужное, а неприятное — в сносное;

Глава 1. Что такое время и как им управляют

Эту главу могут пропустить те, кто знаком с основами классического тайм-менеджмента (ТМ). Хотя прочесть в первой части афоризмы о времени будет, надеюсь, интересно. Да и краткая история тайм-менеджмента в данной книге хороша тем, что она очень краткая. В третьей части главы буквально пунктиром отмечены вехи, поставленные отцами-основателями современного ТМ.

1.1. Что такое время

Философский взгляд

Если никто меня об этом не спрашивает, я знаю, что такое время; если бы я захотел объяснить ... — нет, не знаю.

Августин Блаженный

Все дает и все уносит Время...
Время нельзя обойти, через него
перешагнуть невозможно.

Мокшадхарма

Подвижный образ вечности
назвали мы временем.

Платон

Во времени ничего нельзя взять
помимо «теперь».

Аристотель

Время уносит все.

Вергилий

Только время принадлежит нам.

Сенека

И неизбежно признать, что
никем ощущаться не может
Время само по себе, вне движения тел и
покоя.

Тит Лукреций Кар

Что скрыто под землей, время
покажет при свете дня!

Гораций

Власть времени — это закон,
достойный уважения.

Публий Сир

Все движения могут ускоряться
и замедляться, течение же
абсолютного времени измениться не
может.

Исаак Ньютон

Понятие времени присуще не
самим предметам, а только субъекту,
который их созерцает.

Иммануил Кант

В прошлом всегда есть что-то
абсурдное.

Макс Бирбом

Потеря времени тяжелее для
того, кто больше знает.

Гёте

Часы бьют. Всех.
Станислав Ежи Лец

Счастливые часов не
наблюдают.

Александр Грибоедов

Мы не знаем, что будет завтра.
Наше дело — быть счастливыми
сегодня.

Сидней Смит

Время есть бесконечное
движение без одного момента покоя,
и оно не может быть мыслимо иначе.

Лев Толстой

Время — это мираж, оно
сокращается в минуты счастья и
растягивается в часы страданий.

Ричард Олдингтон

Время всегда будет уважать и поддерживать то, что крепко, но обратит в прах то, что окажется непрочным.

Анатоль Франс

Время идет медленно, когда за ним следишь... Оно чувствует слезку.

Альбер Камю

Что войны, что чума? — конец им виден скорый,

Им приговор почти произнесен.

Но кто нас защитит от ужаса, который

Был бегом времени когда-то наречен?

Анна Ахматова

Есть колеса дня, колеса ночи.

Потому и годы так летят.

Помни же, что путь у нас короче

Тех путей, что намечает взгляд.

Самуил Маршак

Время — только отсрочка,
Пространство — только порог.
А цель Вселенной — точка.
И эта точка — Бог.

Давид Самойлов

Невероятно до смешного:
Был целый мир — и нет его.
Вдруг — ни похода ледяного,
Ни капитана Иванова,
Ну, абсолютно ничего!

Георгий Иванов

За сегодняшним днем стоит неподвижно
завтра,
Как сказуемое за подлежащим...

Жизнь, которой,
как дареной вещи, не смотрят в пасть,
обнажает зубы при каждой встрече.
От всего человека вам остается часть
речи. Часть речи вообще. Часть речи...

Время выходит из волн, меняя
стрелку на башне — ее одну...

Время больше пространства. Пространство — вещь.

Время же, в сущности, мысль о вещи...

После нас — не потоп, где довольно весла,
но наважденье толп, множественного числа...
Человек есть конец самого себя
и вдается во Время.

Иосиф Бродский

В нынешней парадигме естествознания вопрос «Что есть время?» воспринимается как наивный или вненаучный; большая часть человечества считает ... что ответ содержится в таком-то из учебников физики. *Из ежегодника АН СССР «Системные исследования», 1988 г.*

И как, по-вашему, философы уточнили определение времени после Августина Блаженного?

Практический взгляд

А зачем, собственно, нужно давать определение понятию времени? Например, даже женщины могут управлять автомобилем, игнорируя принцип работы двигателя внутреннего сгорания.

Время на все есть: свой час для
беседы, свой час для покоя.

Гомер

Медлительный борется с бедами
всю свою жизнь.

Гесиод

Утром спрашивай себя: что я
должен сделать, вечером: что я
сделал? *Пифагор*

Вот снова день исчез, как ветра легкий сон.
Из нашей жизни, друг, навеки выпал он.
Но я, покуда жив, тревожиться не стану
О дне, что отошел, и дне, что не рожден.

Омар Хайям

Когда у человека много
свободного времени, он немногого
достигнет.

Сюньцзы

Друзья — воры времени.

Что сделано несвоевременно,
сделано понапрасну.

Фрэнсис Бэкон

Промедление смерти подобно.

Петр Первый

Время укрепляет дружбу, но
ослабляет любовь.

Жан Лабрюйер

Терпение и время дают больше,
чем сила или страсть.

Жан Лафонтен

Ничем мы не швыряем так
охотно, как собственным временем.

Мишель Монтень

Нет ничего продолжительнее
времени, так как оно мера вечности;
нет ничего короче его, так как его
недостает для всех наших начинаний.

Вольтер

Кто время выиграл — все
выиграл в итоге.

Мольер

Два величайших тирана на
земле: случай и время.

Иоганн Гердер

Хорошее употребление времени
делает время еще более драгоценным.

Жан Руссо

Ничем не может человек
распорядиться в большей степени,
чем временем.

Людвиг Фейербах

Время — деньги... Растрата
времени является самым большим
мотовством.

Бенджамин Франклин

Если хочешь, чтобы у тебя было
мало времени, ничего не делай.

Чехов

Праздный человек есть
животное, поедающее время.

Адриан Декурсель

Всякая экономия в конечном
счете сводится к экономии времени.

Карл Маркс

Держи время! Стереги его
любой час, любую минуту. Без
надзора оно ускользнет, словно
ящерица.

Томас Манн

Жизнь коротка, но скука ее
удлиняет.

Жюль Ренар

Средний человек озабочен тем, как бы ему убить время, человек же талантливый стремится его использовать.

Артур Шопенгауэр

Жизнь слишком коротка, чтобы восприниматься всерьёз.

Джордж Бернард Шоу

Самое распространённое преступление — это убийство времени.

Любовь к жизни сильно ее сокращает.

*«Литературная
газета», 1980 г.*

Время приближается медленно, а уходит быстро.

Владислав Гжещик

Большинство людей работает большую часть времени, чтобы жить, и незначительное свободное время, остающееся у них, настолько

тревожит их, что они ... стараются
избавиться от него.

Гёте

Не говори длинно, ибо жизнь
коротка.

Марти Ларни

Я никогда не думаю о будущем.
Оно само приходит достаточно скоро.

Альберт Эйнштейн

У нас было бы вдоволь времени,
если бы его не существовало.

Станислав Ежи Лец

Когда обстановка не ясна,
ложись спать.

Бравый солдат Швейк

1.2. Первая древнейшая профессия

Конечно, самая древняя профессия — Управление временем. Какие могут быть сомнения, ведь это организация любой деятельности в жизни человека.

Еще в Древнем Египте, 4000 лет до н. э., было известно, что для успеха таких сложных дел, как строительство пирамид или создание оросительной системы в прибрежной области Нила, необходимо сначала разработать план. Более того, в работе требуется отслеживать выполнение этого плана, подправляя его при необходимости. То есть «План — не догма, а руководство к действию».

В эпоху Старого царства (3000 лет до н. э.) начали использоваться принципы разделения труда и материальной заинтересованности: работники получали довольствие с огородов, пастбищ и рыбных угодий.

Не прошло и трех тысяч лет (500 до н. э.), как идея организации времени нашла своих приверженцев в Китае, где были созданы принципы специализации и первые стандарты измерения деятельности. Так и стал китаец неофициальным живым стандартом трудолюбия. Впрочем, японец тоже.

На Кипре (400 до н. э.) менеджмент выражался в изучении трудовых движений, вопросов транспортировки и планирования.

В XV веке в Италии уже были известны некоторые стороны современного управления производством: стандартизация, сборочные линии, организация запасов. Венецианский арсенал мог изготовить боевую галеру за одни сутки.¹

XVIII век положил начало научному менеджменту. Адамом Смитом и Эли Уитни вслед за древними китайцами проработаны принципы специализации производства. Эти достижения, как свидетельствует Пушкин, докатились и до России: «Великий эконом» Евгений Онегин читал Адама Смита.

В XIX веке появились научные методы организации рабочего времени: изучение стандартных процедур, анализ человеческих движений при выполнении трудовых операций.

XX век отметился широким изучением элементов трудовых движений; исследованием операций и системным анализом. Были разработаны такие методы как управление тотальным качеством, параллельный инжиниринг. Главная цель этих исследований — найти структуру организации, которая бы отвечала

¹ Гэлловэй Л. Операционный менеджмент. СПб: Питер, 2001. –320с.

потребностям рынка: Покупатель прав даже тогда, когда он явно не прав.

Персональная деятельность

Философ Кант выходит на балкон,
Над скопом крыш и площадей старинных
Усталым взглядом наблюдает он
Родную кёнигсбергскую картину.

Во-он острый шпиль пронзает высоту,
Ключом вскрывая в поднебесье двери,
На нем удобно зренья остроту
С утра после вчерашнего проверить.

И вдруг, как говорится, вот те на! —
Он видит, неужели с перепоя? —
Возводится какая-то стена,
Что кирху — всю! — любимую закроет...

С профессором был бургомистр учтив:
«Брандмауэр спасёт нас от пожаров!»
Но быстро согласился, получив
За снос строенья 300 сотен марок.

С. А., Мой категорический императив

Помимо управления временем в производстве издавна развивались и взгляды на персональную деятельность, направленную на достижение личных целей, повышение эффективности жизни и самосовершенствование.

Если перед молодым читателем встает Маяковский вопрос — делать бы жизнь с кого? — отвечаем наперекор поэту: с Эпикура.

Древнегреческий философ Эпикур (342–271 до н. э.) так выразил свое мнение о плодотворной жизни: Следует смеяться, философствовать, в то же время заниматься хозяйством и пользоваться всеми остальными способностями.

Но классики тайм-менеджмента (ТМ) предпочитают вести начало от другого философа — Сенеки (4—65 н. э.). Именно Сенека рекомендует вести письменный учет времени. Он разделяет время на хорошо, дурно потраченное и безделье. Сенека, однако, не строго держался за свои принципы:

— Если философы и не поступают всегда так, как говорят, то все-таки они приносят большую пользу тем, что они рассуждают... А если бы они и действовали согласно своим речам, то никто не был бы счастливее их.

Некоторые современные специалисты по управлению временем достигли почти таких же сенековских высот. Один из них честно признался,

что неоднократно срывал сроки издания своей книги по этой проблеме.

В отличие от Сенеки, Иммануил Кант (1724–1804) соблюдал жесткий режим дня. Говорят, когда он выходил на прогулку в Кенигсберге, соседи проверяли часы. Без этой притчи не обходится почти ни одна книга по тайм-менеджменту, не будем и мы отступать от традиции. Добавим только, что Кант считал себя хозяином своего времени, которое «присуще не самим предметам, а только субъекту, который их созерцает».

Рене Декарт (1596–1650) в своих «Началах философии» дал, как высек на камне, четкие правила планирования и контроля личного времени:

«Первое — никогда не принимать за истинное ничего ... что не дает мне никакого повода подвергать его сомнению.

Второе — делить каждое из исследуемых мною затруднений на столько частей ... для лучшего их преодоления.

Третье — придерживаться определенного порядка мышления, начиная с предметов наиболее простых и восходя постепенно к познанию наиболее сложного, предполагая порядок даже и там, где объекты мышления вовсе не даны в их естественной связи.

И последнее — составлять всегда перечни столь полные ... чтобы была уверенность в отсутствии упущений».

Бенджамин Франклин (1706–1790) определил 13 добродетелей человека, из них 4 прямо относятся к экономии времени:

- Молчаливость. — Избегай пустых разговоров.

- Соблюдение порядка. — Пусть каждая твоя вещь имеет свое место; каждое дело делай вовремя.

- Решимость — Твердо выполняй то, что ты должен сделать; непременно выполняй то, что решил сделать.

- Прилежание. — Не теряй время попусту; будь всегда занятым чем-то полезным.

С последним пунктом поспорил бы один веселый китаец:

Все говорят о пользе полезного,
но никто не говорит о пользе
бесполезного.

Лао Цзы