Автор: admin
02.08.2011 18:26 - Обновлено 29.10.2014 10:02

Как быстро расправиться с «висящими» делами?

Многие задавались вопросом: «Как же наконец разобраться с множеством «висящих» на мне дел?». Ответ может показаться весьма простым – устранять по одному каждое из накопившихся дел.

Использование органайзера помогло уже миллионам людей распланировать свой день так, чтобы выполнить все и сразу. Но что делать тем, кому тот же органайзер мало чем помогает, у кого планы меняются так же стремительно, как день и ночь?

Для этой группы людей был придуман очень оригинальный способ справиться с такой проблемой. Называется – Техника Стикерсов. Стикерсы – маленькие самоклеющиеся листочки, вы часто могли наблюдать такие, к примеру, на мониторах у программистов. И что же с ними делать? А вот здесь расскажу подробнее.

«Висящими» делами называются те дела, которые повисли на вас мертвым грузом, и обычно нету времени с ними разобраться. Позже о них просто забывают, и вспоминают в самый неподходящий момент. Но методы борьбы с ними есть! И для начала обозначим ваши дела как действительно «висящие».

Берем стикерс, лучше приятного мягко-желтого цвета, и записываем одно дело. Допустим «Убраться в комнате» или «Выучить 20 английских слов». А затем вешаем куда-нибудь на видное место. Лучше использовать то место в квартире, где вы проводите большую часть своего времени. Эти маленькие листочки будут постоянно напоминать о себе и делах, которые ждут вас.

Выполнили одно дело - листочек снимается. Поздравляю, вы выполнили одно задание, освободили себя хоть на чуть-чуть от давления невыполненных дел! **Мелочь, а приятно.**

Что же делать со снятым листочком? Можно просто выбросить и забыть о нем. А можно сложить стикерсы в коробочку и придумать целую систему с возможными поощрениями себя любимого.

Допустим:
1 дело – 1 балл.
10 баллов – 1 ступень.
10 ступеней – 1 уровень.
10 уровней – 1 Дан.
За каждый уровень, допустим, можно покупать себе заслуженное мороженное или сходить в кино. Далее все ограничивается лишь вашей фантазией.

Напоследок. Техника действительно работает, дел становится меньше, а вы уже с более легкой головой встаете по утрам. С помощью этой техники можно организовать себя и на изучение иностранного языка, и на повышение своих знаний, что позже непременно поможет в карьере. Дерзайте и успехов вам!

Автор - Кирилл Куштуев
Источник