

# Кто крадёт наше время?

***Время заслуживает нашего максимального внимания, и навыки рационального управления временем необходимы каждому. В этой статье мы коснемся важных моментов, связанных с осознанием ценности времени.***

**Для начала ответьте себе на следующие вопросы:**

- что я сегодня сделал(а) для своего социального, интеллектуального или личностного развития?
- сколько времени выделил(а) для усвоения каких-либо новых навыков?
- какие действия в течение дня предпринял(а) для своего духовного роста?

Если Вы затрудняетесь ответить на эти вопросы, то означать это может лишь одно: вместо действительно важных вещей Вы занимаетесь вещами, увы, второстепенными. Вечная мудрость гласит – никогда не следует жертвовать главнейшим во имя незначительного. Поэтому просто необходимо решить, что для вас первостепенно, а что нет.

Вам не хватает времени на главное? Найдите корневые причины этой проблемы. Возможно, ваше время кто-то крадёт? Поймите вора за руку. Для этого проведите небольшую диагностику. Первые несколько дней записывайте каждый час своего времени: на что и сколько Вы его потратили, и не волнуйтесь, далее такой хронометраж не понадобится.

## **Что будет итогом такой работы?**

Как Вы уже догадались, виновником вашего временного транжирства окажется именно Вы.

Читаем у Стивена Кови: «Жизнь человека – результат принятых им решений. Винить в своих неудачах других людей, обстоятельства или иные внешние факторы – значит

## Кто крадёт наше время

Автор: admin

27.02.2011 18:31 - Обновлено 30.10.2014 08:40

---

сознательно отдаться под их власть, наделить их полномочиями управлять вами». Это важно для понимания. Просто попробуйте усвоить это.

Великолепной уловкой для оправдания своего бездействия является лень. Но поймите одно: **когда вы ленитесь, вы тормозите процесс собственного роста!**

Это как дурной сон. Вы не позволяете себе быть полностью собой. Более того, это лишает вас адекватности. Мир начинает ускользать от вас. А ведь мы живём в мире возможностей и идей, поэтому бездействие – это довольно глупое и весьма сомнительное мероприятие.

### Что делать?

Проснуться!

Для этого необходимо взять полную ответственность за всё происходящее в вашей жизни на СЕБЯ. Да, это сложно. Мы не хотим взрослеть. Ведь ответственность – основная черта именно взрослого человека. Мы боимся пройти через страдания роста. Но этот опыт просто необходим. Он позитивен. Осознайте своё бегство от самих себя.

### Подведём итоги.

Итак, очень важно понимание себя и своей текущей ситуации. Расставьте приоритеты. От этого зависит качество вашей жизни. От этого зависит вся ваша жизнь. Иррациональное использование времени несет очень плачевные последствия. Отправной точкой здесь будет взятие полной ответственности за использование своего временного ресурса на себя.

Автор статьи психолог Ю. Влади.

Адрес сайта: [ulia-vladi.ru](http://ulia-vladi.ru)