

Василий Лебизак

Как научиться все успевать?

Тайм менеджмент.

**Примеры применения на практике
методов управления временем.**



Академия Успеха "Белый Лебедь"
sozdaiuspech.info

Василий Лебизак

владелец проекта

Академией Успеха «Золотой Лебедь»

<http://sozdaiuspech.info/>

Как научиться все успевать? Тайм менеджмент. Примеры применения на практике методов управления временем.

Содержание.

Несколько слов об этом издании.

1. Определение приоритетов.

2. Не человек для работы, а работа для человека! Делегирование и автоматизация.

3. Умение сказать "Нет!"

4. Система физического развития от специалиста по подготовке спецназа.

5. Правильное хобби - занятие, которое отнимает минимум времени и приносит максимум удовольствия и отдыха!

В завершение.

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

Несколько слов об этом издании.

Вы читаете краткое практическое пособие о применении на практике методов эффективного использования времени.

Оно состоит из 5-ти глав, в которых описаны примеры использования методов тайм менеджмента (управления временем) в самых главных сферах человеческой жизни – в улучшении личностных качеств человеческой натуры, в зарабатывании денег (работа и бизнес), в общении, в развитии физических сил организма, в отдыхе и восстановлении сил.

Я сознательно свел к минимуму все теоретические вопросы о менеджменте времени.

Главная цель создания этой брошюры – **показать, как применять все те советы**, которых предостаточно в книгах об управлении временем, в Ваших делах, чтобы Вы не только знали, как надо поступать, но и умели это делать.

Даже если Вы примените только один из описанных в книге способов, Вы сразу же увидите на деле, как у Вас освободится дополнительное время, которое Вы сможете с пользой потратить на Важные и полезные для Вас дела и занятия!

Все, не буду больше отнимать у Вас время.

Желаю Вам полезного чтения!

С уважением!

Василий Лебищак
автор проекта по улучшению качества жизни
"Академия Успеха "Золотой Лебедь"
<http://sozdaiuspech.info/>

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

1. Определение приоритетов.

Возможно, у постоянных читателей возникнет чувство, что я возвращаюсь к одной и той же теме.

Что ж, чувство правильное, это действительно так.

Но, делаю я это вполне преднамеренно!

Дело в том, что **есть некоторые истины, которые настолько важны, что о них нужно рассказывать с различных углов зрения, для того, чтобы они максимально запомнились.**

Одной из таких истин и является правильное **определение приоритетов.**

Развитие только одного этого умения уже **способно обеспечить значительные успехи и достижения**, которые не доступны другим, в любом, без исключения, деле.

Правильный выбор приоритетов дает гарантию, что Вы не будете тратить свои силы и время на ненужные и неважные дела, не даст Вам завязнуть в рутине, и оградит Вас от лишних материальных потерь.

Жизнь тех, кто только начинает свой путь к успешной, полноценной жизни, очень часто напоминает путешествие в пустыне.

Странник страстно желает добраться к оазису благополучия и счастья, где можно напиться живительной воды источника жизни и укрыться от палящих лучей судьбы.

Но, отправившись в путь, он то и дело отвлекается, то на наблюдения за дикивинными животными пустыни, то на путешествия с бедуинами, то еще на что-то.

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

В конце концов, запасы воды, еды и просто силы путешественника закончатся, начнется период песчаных бурь, и он, вдруг, с ужасом поймет, что ни на шаг не приблизился к цели своего путешествия, более того, ему придется отложить это путешествие до лучших времен.

А кто его знает, выпадет ли в следующий раз возможность отправиться в путь за своей мечтой снова?

Именно так поступают все те тысячи людей, которые искренне желают изменить свою жизнь к лучшему, наполнить ее смыслом, успехом, достижениями и победами, но так ничего реального в жизни и не достигают!

Поэтому, каждый раз, когда собираетесь принять какое-то решение и что-то сделать, всегда подумайте: **"Действительно ли это приблизит меня к моей цели?"**

Сделайте это своей привычкой и Вы сохраните для себя массу сил, нервов, денег и, что самое главное, времени, ведь оно намного дороже денег!

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

2. Не человек для работы, а работа для человека!

Делегирование и автоматизация.

Если Вы стремитесь стать как минимум обеспеченным человеком, который не должен думать, на что купить завтра еду, одежду, чем заплатить коммунальные услуги, и при этом не пахать, как лошадь, то одним из самых главных и важных вопросов, которые Вы должны будете решить для себя - это вопрос эффективной организации Ваших дел.

В последние десятилетия у большинства укоренилось мнение, что для того, чтобы добиться обеспеченной жизни и забыть об отсутствии денег или их нехватке, нужно работать, как проклятый, и вкалывать с утра до глубокой ночи.

Если же одной работы недостаточно, то работать на 2-х или даже 3-х работах.

Во многом это навеяно нам американскими фильмами, герои которых крутятся возле огромного сочного куса успеха, как пирания возле буйвола, и каждый старается оторвать себе кусок побольше!

Они без устали работают по 24 часа в сутки, 7 дней на неделю, делая перерывы только для того, чтобы напиться, принять дозу и заняться сексом с коллегой или конкурентом.

Конечно, в жизни далеко не все так, как в кино.

Бесспорно, постоянно работая, Вы сможете заработать на более-менее достойную жизнь.

Но, принесет ли Вам такая жизнь удовольствие?

И еще одно, как Вы думаете, долго ли Вы протянете в таком режиме?

Практический опыт и здравый ум показывают, что нет!

Работать постоянно - это не самый лучший метод добиться хорошей, человеческой жизни.

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

Всегда нужно помнить правило: **"Не человек для работы, а работа для человека!"**

Причем, найти такую работу совсем не так трудно, как кажется на первый взгляд.

Скорей всего, даже Ваша теперешняя работа или то дело, которым Вы заняты сейчас, и которые отнимают у Вас все свободное время (что является самой большой проблемой современного человечества) могут быть организованы так, что Вы перестанете быть их рабом и станете руководить ими!

В этом Вам помогут 2 важных принципа: **"Делегирование"** и **"Автоматизация"**

Делегирование.

Меня всю жизнь, с детства и по сегодняшний день, родственники и знакомые считали, и считают сейчас, лентяем.

Хотя, если разобраться, я могу без усталости и принуждения заниматься интересными или важными для меня делами сутки напролет, делая перерыв только для того, чтобы поесть и поспать.

Но, так уж устроен менталитет людей, которые меня окружают, что если ты не занят постоянно какими-то рутинными делами по хозяйству (уборка, ремонт, сад, огород, покупки продуктов и т.д.), значит - ты лентяй!

Если честно, я всегда был противником такого подхода к работе и трудолюбию.

С детства я старался увильнуть от той работы, которую могут сделать вместо меня другие.

Зато с удовольствием брался выполнять то, что другим не по силам.

Василий Лебищак

владелец проекта

Академией Успеха «Золотой Лебедь»

<http://sozdaiuspech.info/>

Например, если нужно было пылесосить, сходить в магазин или вынести мусор, дела, с которыми может справиться практически любой, у меня возникало дикое нежелание выполнять эту работу, и я делал все возможное, чтобы избежать ее.

Не всегда, правда, успешно, потому что, родители очень часто пользовались своим преимуществом в статусе и, просто-напросто, заставляли меня выполнять эти обязанности.

Но, зато если нужно было починить проводку, собрать мебель, выложить плитку в ванной или "поковыряться" в каком-то механизме, я с удовольствием брался за это дело, и, даже если сам не мог выполнить его, находил среди друзей тех, кто разбирался в этом.

Знаете, что я в результате всего этого заметил?

Выполняя только сложные и, порой, непосильные для других, задания, я в общем счете зарабатывал больше положительных "очков", чем от выполнения постоянной, обычной работы.

Позже я узнал, что именно эта особенность лежит в основе принципа делегирования.

Всю рутинную, низкоквалифицированную работу, которая, обычно, отнимает довольно много сил и времени, нужно перекладывать на других!

Вы же должны выполнять только самые важные, самые полезные и результативные дела.

Чтобы было понятнее, как это делается, приведу в пример, как это делаю я.

В данный момент я активно работаю над созданием бизнеса в интернете, который обеспечивает моих клиентов только важными, полезными и эффективными на практике продуктами, используя и применяя которые можно значительно облегчить и ускорить процесс изменения жизни к лучшему, а при желании, еще и хорошо заработать, просто предлагая другим продукты, полезность и эффективность которых они сами проверили на личном опыте.

Василий Лебищак

владелец проекта

Академией Успеха «Золотой Лебедь»

<http://sozdaiuspech.info/>

Для полноценного развития этого бизнеса нужно подготавливать для создания продуктов материалы, причем информация должна быть действительно рабочая, полезная и эффективная, нужна раскрутка, продвижение проекта, нужны качественные инструменты для работы в интернете (сайт, рассылки, прием платежей, учет и начисление партнерских вознаграждений и т.д.).

В начале, все это я делал сам, "в ручную".

Потом, когда механизм бизнеса начал работать, я провел анализ всех процессов, операций и действий, для того, чтобы определить те из них, которые можно предоставить на выполнение другим (делегировать) или автоматизировать.

Что у меня получилось в результате?

Из всего комплекса вышеперечисленных работ на данный момент я оставил для себя написание статей, создание информационных продуктов и поддержку клиентов.

Все остальные рутинные задачи, как прием платежей, отправка оплаченного товара, ведение партнерской программы и начисление комиссионных, отправка периодических рассылок и т.д. я делегирую другим сервисам и специалистам, которые работают на этих сервисах.

И это еще не предел!

Спустя некоторое время среди партнеров и клиентов я подберу людей, которые будут писать статьи, создавать продукты, находить новых партнеров и консультировать клиентов не хуже меня, а, скорей всего, даже во много раз лучше!

Благодаря этому, у меня освободится еще больше времени для того, чтобы заниматься стратегическими вопросами успешного развития бизнеса, созданием комфортных условий работы для моих сотрудников и т.д., проще говоря теми делами, которые другим не по силам.

Вот так работает процесс делегирования во всей своей красоте!

Василий Лебищак

владелец проекта

Академией Успеха «Золотой Лебедь»

<http://sozdaiuspech.info/>

Автоматизация бизнеса.

Говоря о делегировании полномочий, нельзя обойти стороной вопрос автоматизации бизнеса, так как это очень близкие, родственные, взаимосвязанные понятия.

В чем смысл автоматизации?

Когда Вы часто выполняете примерно один и тот же объем работ, всегда можно найти такие постоянно повторяемые последовательные цепочки действий, выполнение которых не требует каких-то творческих способностей.

Внимательно изучив такие последовательности можно легко создать схему, алгоритм, четкую последовательность действий, которые нужно предпринять, чтобы выполнить ту или другую задачу.

Например, если человек впервые видит металлопластиковое окно, ему придется слегка задержаться, пока он научится открывать его, приоткрывать и закрывать.

А если у него будет по шагам расписано, что он должен сделать?

Он сделает это буквально сразу, с первого подхода!

Вот именно такие схемы упрощают любой процесс и позволяют использовать вместо дорогостоящего труда высококлассных специалистов дешевый низкоквалифицированный труд.

Благодаря таким схемам исполнитель не должен думать, как именно поступать в конкретном случае, а механически, на автомате выполнять соответствующую последовательность действий (инструкцию).

Более того, в некоторых случаях, на основании этих схем можно создать программу, которая будет сама выполнять определенные действия и управлять механизмами для выполнения нужных задач.

Приведу Вам, в качестве самого простого примера обычный будильник.

Василий Лебищак

владелец проекта

Академией Успеха «Золотой Лебедь»

<http://sozdaiuspech.info/>

Чтобы освободить себя от изнурительных беспокойных пробуждений каждые пол часа, чтобы не проспать, Вы настраиваете будильник на нужное Вам время, а механизм (механические часы) или программа (электронные часы) уже сами "следят" за временем, чтобы разбудить Вас вовремя.

Программы и механизмы не устают, не отвлекаются, у них нет перепадов настроения и продуктивности, поэтому их использование намного повышает скорость и качество выполнения задач.

Сравните работу мастера-одиночки, который решит собрать своими силами BMW последней модели и процесс сборки на конвейере на заводе, выпускающем эти автомобили.

Однозначно, скорость и качество заводской сборки будет намного выше, а себестоимость - намного ниже!

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

3. Умение сказать "Нет!"

Так как этот выпуск журнала "Универсальная Энциклопедия Успеха" (рассылка проекта "Академия Успеха "Золотой Лебедь" <http://sozdaiuspech.info/>) посвящен вопросам эффективного управления временем, вернее **эффективного использования времени**, так как временем управлять людям не дано, то, как видно из названия статьи, речь пойдет о таком важном качестве всех успешных людей, как **умение сказать "Нет!"**

Именно от того, можете ли Вы отказать другим в помощи или содействии, если то что они от Вас просят, мешает Вам в достижении Вашей цели, зависит, будете ли Вы воплощать свои мечты, цели и планы в жизнь, или будете реализовывать планы других людей!

Конечно, есть такие просьбы, которые не стоит отклонять, но количество таких случаев редко превышает 5% от общего числа всех тех случаев, когда кто-то (начальство, коллеги, родственники и т.д.) просто-напросто стараются переложить на Ваши плечи свои заботы и дела, делегировать Вам свои полномочия.

Казалось бы, нет ничего проще - отказать человеку.

Но, как показывает жизнь, на самом деле очень мало людей способны сделать это.

Более того, уже давно замечено, что этим важным качеством обладают все люди, которые добились в жизни более-менее значительных достижений в своих делах.

Поэтому, перед тем, как согласиться сделать что-то из того, что предлагают друзья, родственники, коллеги и даже руководство, обязательно проверьте, так ли уже это необходимо Вам делать!

В 9 случаях из 10, все это только пустая трата Вашего времени, которая только отвлечет Вас от Ваших главных задач.

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

Если же Вам мешает сказать "Нет!" страх от того, что подумают о Вас те люди, которым Вы откажете, тогда хорошенько подумайте, что для Вас является главной целью в жизни, мнение других или что-то другое?

В том случае, если Вы твердо решите посвятить свою жизнь созданию у всех людей, с которыми Вам случается общаться, хорошего мнения о Вас (насколько мне известно, это еще не удавалось никому), то тогда Вам придется сказать "Нет!" всем остальным своим планам и целям.

Как видите, отказать кому-то придется в любом случае, или себе, или другим!

Кому именно - решать Вам!

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

4. Система физического развития от специалиста по подготовке спецназа.

Как я уже упоминал в заметке ["Новая книга, программа развития проекта и Закон Паретто!"](#), **самое важное в эффективном использовании времени. это не умение выполнять за определенный отрезок времени как можно большее количество дел, а умение выполнить за это время самые важные, самые полезные, приносящие максимальный положительный результат.**

Это правило успешные люди применяют не только в бизнесе или карьере, но и во всех остальных сферах своей жизни.

Именно поэтому они стараются всю рутинную работу, которую вполне могут выполнить другие люди, поручить выполнять им (я описал более подробно этот процесс в главе **"Делегирование и автоматизация"**), а сами занимаются самыми важными и продуктивными делами.

Каждый, кто желает повысить свою эффективность, должен начать действовать таким же образом!

Как же можно использовать это правило Паретто - 80/20, для развития физических сил организма?

Именно об этом я и хочу рассказать Вам в этой заметке.

Совсем недавно, недели две назад, в мои руки попала **книга Павла Цацулина "Безоружный боец. Как развить суперсилу без спортзала и инвентаря."**

Так как я ценю свое время и деньги, я давно ищу методику, которую можно применять для поддержания нормального тонуса в организме, и при этом использовать как можно меньше различных снарядов, сил и времени (обычные запросы "лентяя").

То, что я нашел в этой книге, мне очень понравилось и пришлось по душе.

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

Автор, Павел Цацулин, предлагает уникальную методику развития физической силы человека с использованием принципа успешных людей, о котором я постоянно напоминаю Вам: **"Делать меньше, а получать больше!"**

Я не буду здесь подробно описывать всю эту методику, скажу буквально в двух словах, в чем суть системы.

Вместо того, чтобы заниматься изнурительными тренировками, отнимающими большое количество сил и времени, Павел рекомендует выполнять короткие, но требующие максимального напряжения сил, упражнения.

За короткий период времени, когда Вы выполняете упражнение, организм не успевают устать, но, вместе с тем, получает нужный объем нагрузок, чтобы увеличивать свою физическую силу.

Очень рекомендую всем поискать эту книгу и прочитать ее.

Она будет полезна не только тем, кто, как и я, проводит много времени за сидячей работой и не желает или не может выделить по 1,5 - 2 часа в день для тренировок, но и всем тем, кто желает увидеть, как на практике работает всем известное **правило Паретто - 20/80 !**

Достигайте больших результатов, при меньших усилиях!

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

5. Правильное хобби - занятие, которое отнимает минимум времени и приносит максимум удовольствия и отдыха!

В этой статье мы поговорим об одной из самых частых ошибок, которую допускает больше 80% всех тех, кто решил для максимально эффективного отдыха и восстановления сил завести себе хобби.

Для начала, возьмем, к примеру, обычную супружескую пару.

Мужчина и женщина среднего возраста, отправляются в выходные на дачу, чтобы подышать свежим воздухом, отдохнуть от городской суеты, сидячей, малоподвижной работы, восстановить силы и подготовиться к следующей рабочей неделе.

Конечно, такое стремление более чем похвально.

Но, что на самом деле они рискуют получить в результате такого отдыха?

К сожалению, очень часто такие вылазки в сад и на огород заканчиваются довольно плачевно!

Отвыкшие от физических нагрузок, да и еще под солнечными лучами, люди сильно устают, у многих ухудшается самочувствие и даже начинаются проблемы со здоровьем.

О каком отдыхе в таком случае может идти речь?

Или давайте возьмем другой случай.

Девушка или парень решает завести себе собаку.

Ведь многие авторитетные источники утверждают, что общение с животными хорошо расслабляет, снимает стресс и напряжение, наполняет человека положительными эмоциями.

Василий Лебищак

владелец проекта

Академией Успеха «Золотой Лебедь»

<http://sozdaiuspech.info/>

Кроме того, уход за домашним питомцем - хорошая тренировка, перед тем, как обзавестись семьей и детьми.

Что же на самом деле получают эти люди, заведя в доме животное, требующее к себе довольно значительного ухода?

Собаку нужно кормить, убирать за ней, играть с ней, воспитывать, тренировать, выгуливать, лечить (не без этого) и т.д.

Конечно, это не очень трудно, если у Вас есть достаточно желания и свободного времени.

А как быть в том случае, если человек активно занимается карьерой, возможно даже работает на двух работах, чтобы зарабатывать достаточное количество денег?

Ведь кроме работы, хочется и поразвлечься (дело молодое), и просто отдохнуть, побездельничать.

Вот тут-то и становится домашний питомец **не источником отдыха**, новых сил и положительных эмоций, **а просто-напросто обузой!**

Те, кто более порядочные и совестные, скрипя зубами пытаются и дальше содержать ни в чем не повинное животное или пристраивают их в хорошие руки, а менее порядочные - просто выбрасывают своих "четвероногих друзей" на улицу!

В любом случае, пользы от такого хобби нет никому, ни животному, ни владельцу.

Таких примеров можно привести огромное количество!

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

Поэтому, очень внимательно относитесь к выбору своего вида отдыха, чтобы он не стал для Вас каторгой и не повредил Ваше здоровье.

Хорошо подумайте, сколько Вы сможете уделять сил, времени и средств своему хобби, и уже с этого исходите, при его выборе.

Всегда помните, что не Вы созданы для Вашего увлечения, а Ваше хобби создано Вами для того, чтобы помочь Вам максимально расслабиться, снять напряжение, отдохнуть и восстановиться!

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>

В завершение.

Это пособие входит в состав цикла выпусков **бесплатного** электронного журнала «**Универсальная Энциклопедия Успеха**».

Для того, чтобы получить следующие выпуски практической информации для достижения успеха, пройдите по этой ссылке:

<http://sozdaiuspech.info/>

Желаю Вам всегда находить время для себя и для того, что действительно нужно и полезно для Вас!

С уважением!

Василий Лебищак
автор проекта по улучшению качества жизни
"Академия Успеха "Золотой Лебедь"
<http://sozdaiuspech.info/>

Василий Лебищак
владелец проекта
Академией Успеха «Золотой Лебедь»
<http://sozdaiuspech.info/>