



Занятие 2

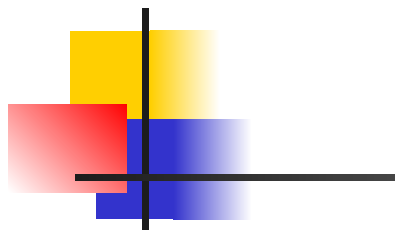
Инструменты управления
эффективностью

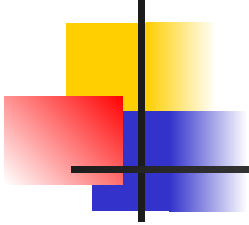


Мои задачи на курс

- **Увеличить время на** (*конкретное дело*) с _____ **до** _____
- **Уменьшить время на** (*конкретное дело*) с _____ **до** _____
- **Научиться** (*чему конкретно*)
- **?** (*ещё что-то*)



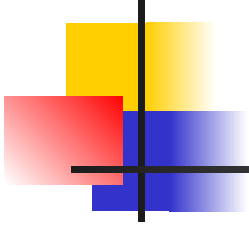




Моя мечта

(запишите формулировку)





Моя цель

(запишите формулировку)





SMART

- S- specific (конкретна)
- M- measurable (измерима)
- A- achievable (достижима)
- R- relevant (значима/актуальна)
- T- time bound (ограниченная по времени)
- E- exciting (вдохновляющая)
- R- record (записанная)

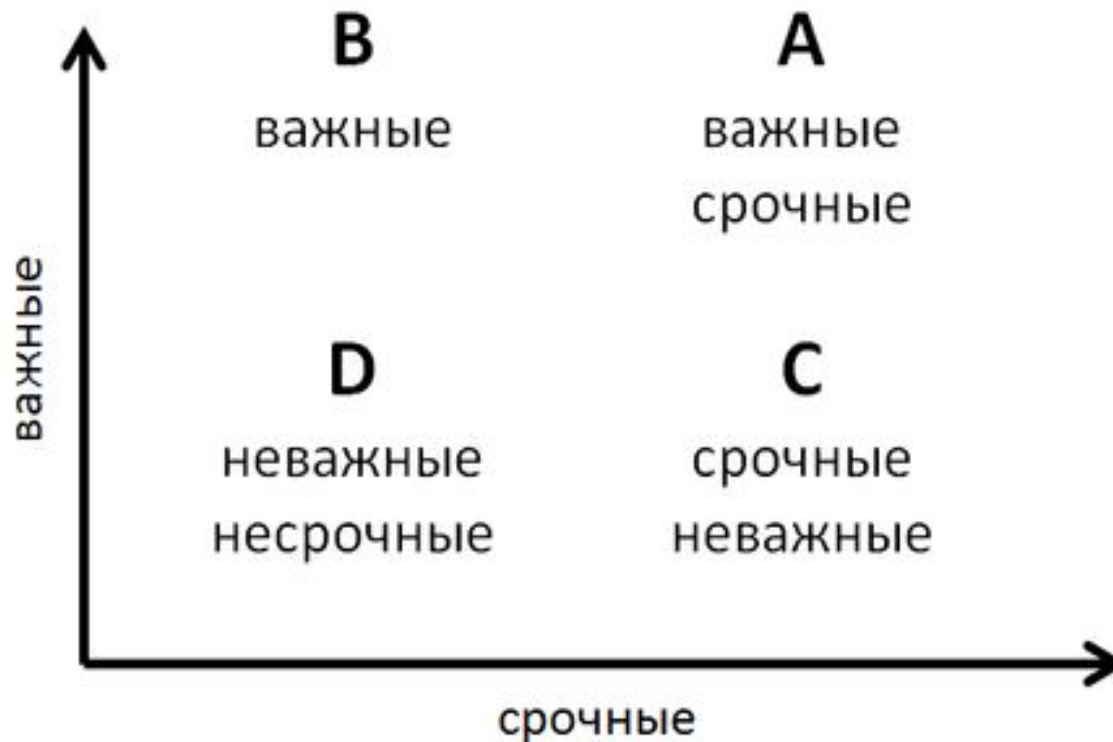


В КИРПИЧ

- Вдохновляющая
- Конкретная
- Измеримая
- Реалистичная
- Прописанная (зафиксированная)
- Интегрированная (конфликт целей, среды, людей)
- Час (реализации иметь)



Матрица Эйзенхауэра





Анализ

- В документах, где Вы ведёте «портрет Дня» провести анализ
- 1. К какому квадрату какое дело относится
- 2. Какую долю своего времени и в каком квадрате Вы пребываете.

Домашнее задание 3



Планирование

- Планирование следующего дня
спомощью Матрицы Эйзенхауэра
(МЭ)



ВАЖНО – не срочно	ВАЖНО - СРОЧНО
Не важно – не срочно	СРОЧНО – не важно

Подвал (все дела кучей без определения приоритетности и правильной формулировки)	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	

Круг удовлетворённости



VINOGRADOVAIRINA.COM

