



6 міфів про самоменеджмент

Самоменеджмент необхідний лише керівникам

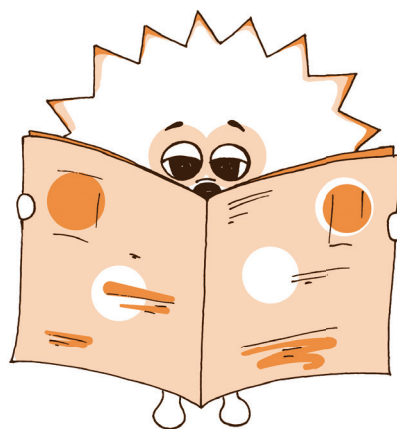
Він важливий для всіх, хто хоче досягнути успіху, незалежно від їхнього статусу чи посади. Він дає змогу усвідомлено керувати власним життям і реалізувати поставлені цілі. Звісно, для керівників самоменеджмент відіграє важливішу роль. Утім, і для практичного психолога він має значення. Адже від його роботи також залежить результат діяльності команди працівників ЗДО, а відтак і власний успіх фахівця

Самоменеджмент — суворе підпорядкування розкладу

Це не лише вміння планувати свій час, а й керувати собою і процесом управління загалом — у часі, просторі, спілкуванні тощо. Бути організованим незалежно від того, стосується це навколишнього простору чи особистого часу, означає володіти ситуацією, використовувати всі можливості й давати собі раду з будь-якими несподіванками

Опанувати самоменеджмент можна в потрібний момент

Вміння керувати собою можна порівняти із володінням іноземною мовою. Якщо ви не знаєте китайської, то при зустрічі з китайцем навряд чи нею заговорите. Як і знання мови, вміння керувати собою зникає, якщо ним не користуватися. Крім цього, оволодіння новою навичкою спочатку знижує продуктивність. Тож спроба опанувати самоменеджмент, приміром, під час роботи над складним проектом — не найліпша ідея



Самоменеджмент потрібен
лише для складної чи термінової
роботи

Його можна використовувати під час масштабних і тривалих проєктів. Утім, якщо він дає змогу досягати результатів у найскладніших ситуаціях, чому не використовувати його завжди?

Самоменеджменту неможливо
навчитися

Опанувати цю навичку можна за допомогою спеціальних курсів чи самостійно. Для цього потрібно читати книги — посібники, біографії та автобіографії видатних людей, історії успіху. Та пам'ятайте, що самоменеджмент — річ особиста. Добирайте лише ті поради, які підходять саме вам, і «змушуйте» їх працювати на себе

«Я не можу змусити себе бути
організованим»

У такій відмовці «не можу» означає «не хочу». Щоб почати опановувати самоменеджмент, потрібно правильно змотивувати себе. Як це зробити? Спершу дайте відповідь на запитання: «Чи люблю я те, чим займаюся?» А ще можете пригадати, що вам завжди подобалося чи вдавалося робити найліпше. Також зауважте, що знання і навички самоменеджменту дадуть вам змогу працювати ефективніше, досягати професійних вершин і що найголовніше — знаходити час для себе. Хіба це не мотивує?

