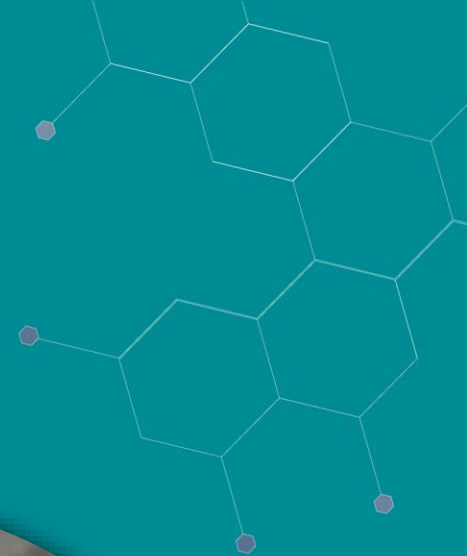


СИБУР

СЕКРЕТЫ САМООРГАНИЗАЦИИ

вебинар

Даниил Бояринов
тренер
Корпоративный Университет





НАПИШИТЕ В ЧАТЕ

- ✎ Как вас зовут и из какого вы города?
- ✎ Что для вас значит слово «Самоорганизация»?





Чем активнее вы работаете на встрече, тем полезнее будет проведенное здесь время. Вовлекайтесь, задавайте вопросы, выполняйте упражнения.



Общайтесь со мной голосом и в чате. Буду благодарен за ваши ответы, мысли и предложения. А также сообщайте мне о качестве звука, картинки, видео.



Подготовьте листы для записи и ручку. Записывайте все самое важное – ответы на вопросы, ситуации и примеры.



При технических неполадках перезагрузите браузер или переподключитесь на встречу. Также проверьте стабильность интернет соединения (Wi-Fi, 4G).





СПЕЦИАЛЬНЫЙ

ПРИЗ

ЗА ЗВЁЗДЫ



СЕКРЕТЫ САМООРГАНИЗАЦИИ

1. Самоорганизация личности
2. Популярные подходы в самоорганизации
3. Подход 4.0

TOP SECRET

СЕКРЕТЫ САМООРГАНИЗАЦИИ

1. Самоорганизация личности
2. Популярные подходы в самоорганизации
3. Подход 4.0

TOP SECRET

Проза жизни 😊....



Приходилось ли Вам
проживать
«ДЕНЬ СУРКА» 😊?

«День сурка» 😊....



В России название праздника стало популярным фразеологизмом после выхода в 1993 г. фильма "День сурка". Сюжет повествует о том, как главный герой попадает во временную петлю. Каждый день он просыпается под песню "I Got You Babe", ведет репортаж о дне сурка, но только следующий день так и не приходит.

В русском языке днем сурка называют образ жизни, когда один день похож на другой, и появляется чувство, что постоянно проживаешь один и тот же день.



Как завершить «день сурка»
и начать жить 😊?

Самоорганизация личности - деятельность и способность личности, связанные с

умением организовать себя, проявляются в целеустремленности, активности, обоснованности мотивации, планировании своей деятельности, самостоятельности, быстроте принятия решений и ответственности за них, критичности оценки результатов своих действий, чувстве долга.



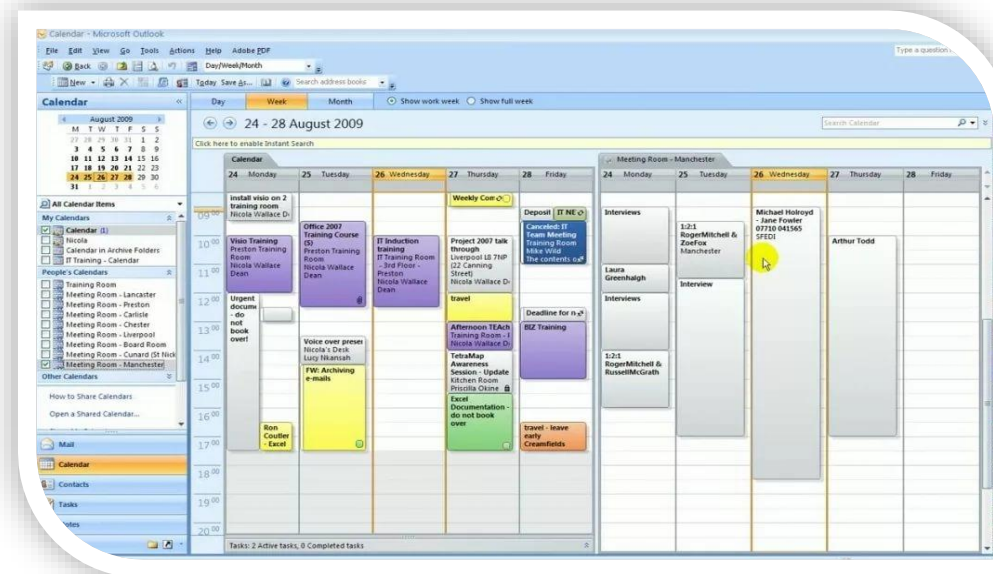
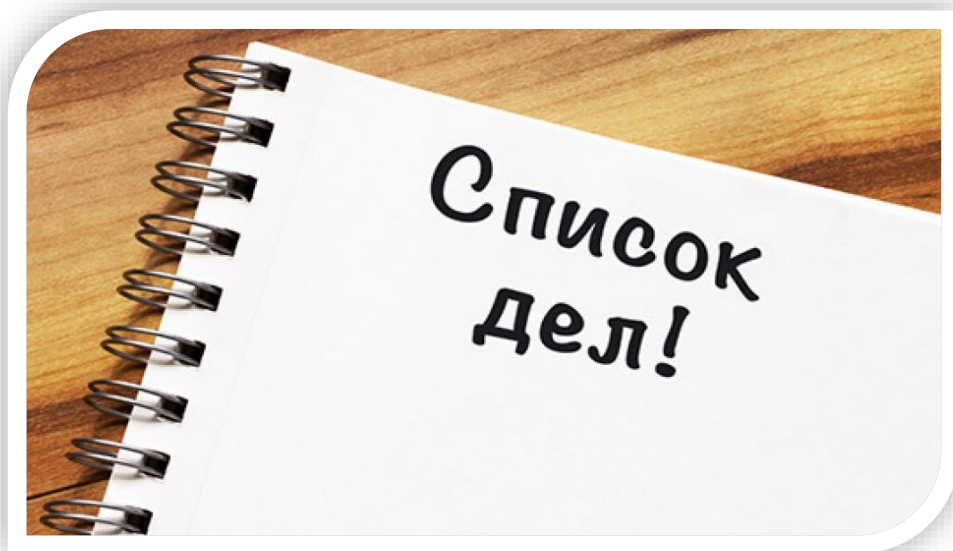
Словарь по педагогической психологии.
М. В. Гамезо.

СЕКРЕТЫ САМООРГАНИЗАЦИИ

1. Самоорганизация личности
2. Популярные подходы в самоорганизации
3. Подход 4.0

TOP SECRET

Поколения управления временем



- 1.0 «плыи по течению»
- 2.0 «подготовка и планирование»
- 3.0 «планирование, расстановка приоритетов и контроль»

1.0 поколение управления временем: «плыть по течению»

характеризуется простыми записками и списками дел



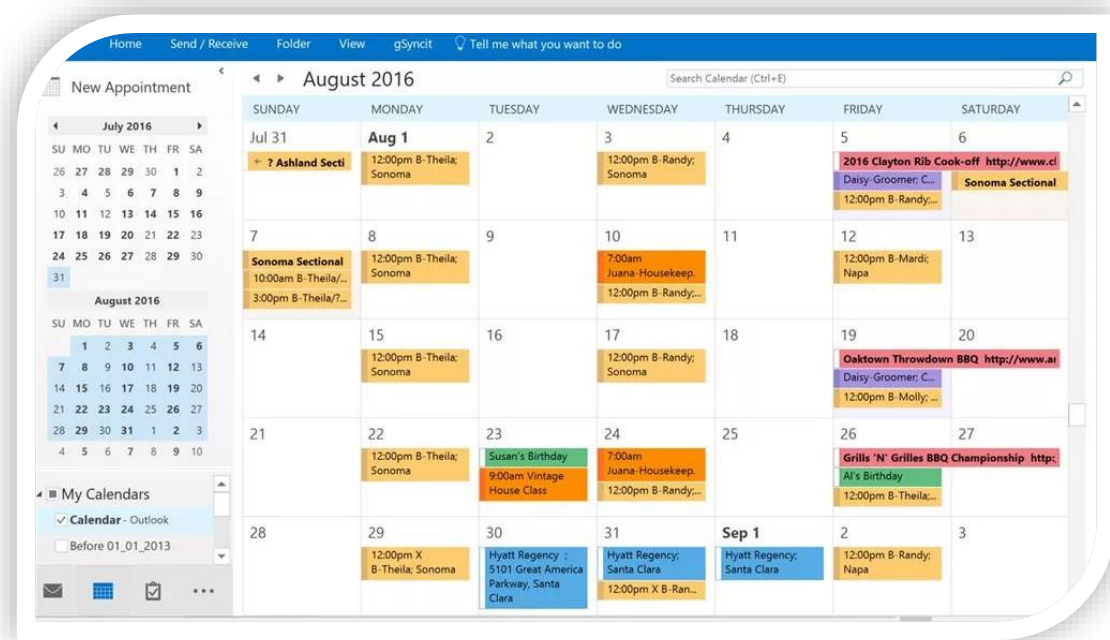
ДОСТОИНСТВА:

- меньше стресса
- нет чрезмерной заорганизованности
- способность адаптироваться при появлении чего-то более важного

НЕДОСТАТКИ:

- достижения невелики
- кризис за кризисом из-за отсутствия четкой структуры
- «главное» – то, что непосредственно перед Вами

2.0 поколение управления временем: «планирование и подготовка»



характеризуется постановкой целей, предварительное планирование будущих событий

достоинства:

- больше дел доводится до конца
- большая эффективность
- отслеживаются обязательства

недостатки:

- план довлеет над человеком
- восприятие окружающих как средство/препятствие
- «главное» – то, что запланировано

3.0 поколение управления временем: «планирование, расстановка приоритетов и контроль»



характеризуется прояснением ценностей и приоритетов, постановкой долго-средне-краткосрочных целей

ДОСТОИНСТВА:

- связь с целями
- используется потенциал разномасштабных целей
- рост продуктивности

НЕДОСТАТКИ:

- чрезмерное программирование
- «главное» определяется срочностью и целями



ОПРОС:

**Какого «поколения
управления временем» Вы
придерживаетесь на
сегодняшний день?**

Созрели предпосылки для появления 4.0 поколения управления временем

- усталость от излишней структурированности и неестественности
- становится все сложнее сохранять высокий уровень интенсивности
- хочется успевать наслаждаться жизнью во всех ее проявлениях
- и хоть бы чуть поменьше в жизни срочности 😊



СЕКРЕТЫ САМООРГАНИЗАЦИИ

1. Самоорганизация личности
2. Популярные подходы в самоорганизации
3. Подход 4.0

TOP SECRET

4.0 поколение управления временем



Ежедневное VS Недельное планирование



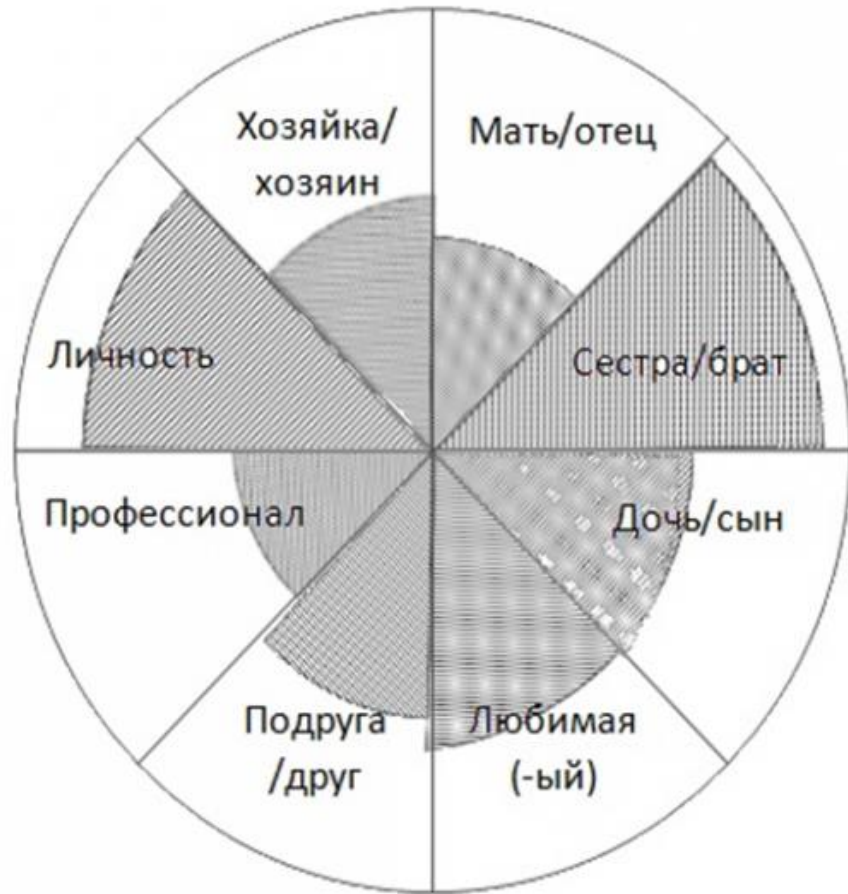
Ежедневное планирование сужает наши горизонты.

Оно дает такой «близкий план», что мы волей-неволей сосредоточиваемся на том, что находится непосредственно перед нами. Срочность и продуктивность подменяют собой важность и эффективность.

Недельное планирование обеспечивает более широкий обзор того, что мы делаем.

Оно позволяет нам раздвинуть горизонты и увидеть, что на самом деле представляют собой «горы». Наметить дела на день можно лучше, если рассматривать их в контексте недели.

Определите свои приоритетные жизненные роли



- Ясное определение ролей задает естественную структуру для обеспечения порядка и баланса в жизни.
- Равновесие между ролями означает не просто, что вы уделяете достаточное время каждой из них, но и то, что эти роли в совокупности приближают вас к реализации вашей миссии.



Назовите 3 роли наиболее значимые для Вас?

Выберите цели в плане, которые относятся к каждой из ролей

- Для каждой роли может быть множество целей.
- Фокусируйтесь на одной-двух, самых важных
- Подкрепляйтесь «обедом для чемпионов». Мы можем получать обратную связь как работники — от начальства, сослуживцев, подчиненных, партнеров. Как родители — от детей, жены.... В любой другой роли, где нам полезно знать иной взгляд на вещи.





Проявляйте цельность в каждое мгновение жизни

Проявлять цельность — это значит сопоставлять свою миссию с каждым мгновением жизни, испытывая душевный покой и уверенность в себе — придерживаетесь ли вы своего первоначального плана или вносите в него изменения, повинувшись совести.

Превращайте опыт прожитой недели в фундамент для повышения эффективности недели предстоящей.

Не учась на собственном опыте, мы обречены неделю за неделей делать одно и то же: допускать те же ошибки, бороться с теми же проблемами.

Каких целей я достиг?

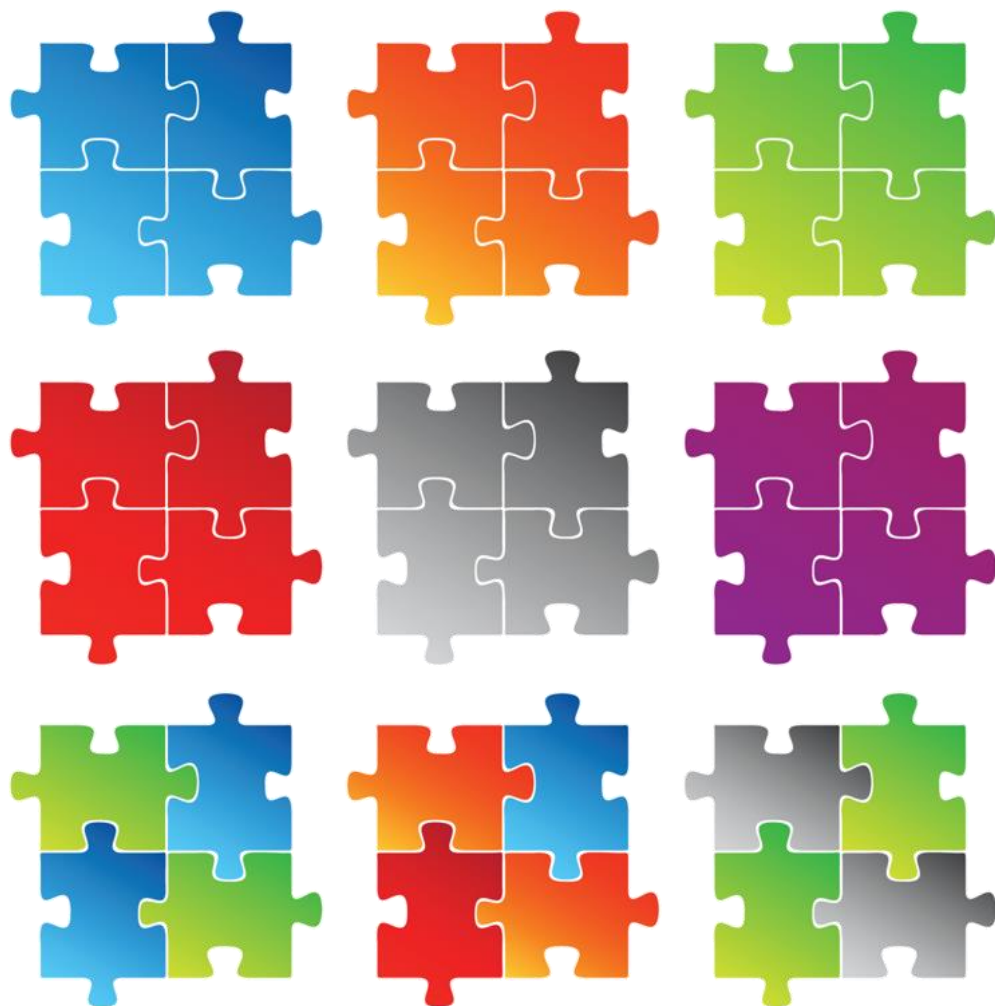
С какими испытаниями я столкнулся?

Какие решения я принял?

Уделял ли я при принятии решения главное внимание главным вещам?



Правило 3-х результатов



Вместо того, чтобы перегружать себя задачами, вы определяете только 3 результата, которых хотите достичь за определенный отрезок времени.

Выделяем следующие уровни :

3 результата дня

3 результата недели

3 результата месяца

3 результата года

Результаты каждого уровня поддерживают друг друга, что позволяет рассмотреть «лес среди деревьев».

Рекомендации по внедрению полученных знаний в практику

1. Определите цели каждой значимой для Вас соц.роли

Рекомендации по внедрению полученных знаний в практику

1. Определите цели каждой значимой для Вас соц.роли
2. Придерживайтесь формата недельного планирования

Рекомендации по внедрению полученных знаний в практику

1. Определите цели каждой значимой для Вас соц.роли
2. Придерживайтесь формата недельного планирования
3. Вначале планируем «большие камни»

Рекомендации по внедрению полученных знаний в практику

1. Определите цели каждой значимой для Вас соц.роли
2. Придерживайтесь формата недельного планирования
3. Вначале планируем «большие камни»
4. Используйте правило 3-х результатов

Рекомендации по внедрению полученных знаний в практику

1. Определите цели каждой значимой для Вас соц.роли
2. Придерживайтесь формата недельного планирования
3. Вначале планируем «большие камни»
4. Используйте правило 3-х результатов
5. Сохраняем постоянство выбранной стратегии!

Что почитать...



Ричард
Темплар

«Правила
самоорганизации»

ОДИН ГЛАВНЫЙ ВЫВОД

Пишем в чате





СПЕЦИАЛЬНЫЙ

ПРИЗ

ЗА ЗВЁЗДЫ





СПЕЦИАЛЬНЫЙ

ПРИЗ

ЗА ЗВЁЗДЫ





**СПАСИБО
ЗА СОВМЕСТНУЮ РАБОТУ!**

