



فعالیت اعضا

بهره‌وری خود را حداکثر کنید

مقدمه

دشوار است در زمانی که می‌دانید قرار است هر یک ساعت به دلیل جلسه‌ای، دچار وقفه و گسست شوید، بر فعالیت جاری خود متمرکز شوید و آگاه و سیال بمانید. با حذف یک‌بارۀ همهٔ جلسات خود، زمان بدون مزاحمتی را برای کار متمرکز بر روی وظایف خود خواهید داشت. اگر شما صبح‌ها هوشیارتر هستید، تلاش کنید عمده جلسات را در آن زمان انجام دهید و بعد از ظهرها را برای ساعات‌های کاری با آرامش برای تمرکز تخصیص دهید.

خیلی از اوقات ممکن است احساس کنید که ۲۴ ساعت در روز کافی نیست و همهٔ روش‌ها و تکنیک‌های افزایش بهره‌وری در دنیا نیز آن را تغییر نخواهد داد. لازم به یادآوری است که بهره‌وری لزوماً به معنی انجام کار بیشتر نیست، بلکه به معنی انجام کارها با کارایی بیشتر است. در ادامه، چهار استراتژی اثبات شده برای کمک به اینکه شما خروجی بهتری را از زمان محدودتان بگیرید، ارائه می‌شود که حتماً برای شما مفید خواهد بود.

ترجمه و تلخیص:



مسعود صادق پور

🔥 تلاش کنید کلیدهای میانبر صفحه کلید را یاد بگیرید.

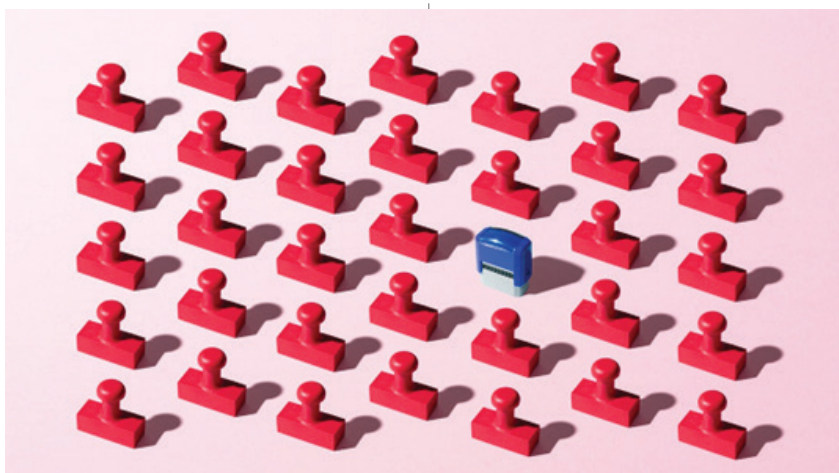
🔥 جلسات خود را در یک زمان مشخص، دسته‌بندی کنید.

دهید عاداتی که می‌خواهید تغییر دهید شناسایی کنید و محیط خود را برای تثبیت عادات‌های جدید تغییر دهید.

🔥 در نهایت، کار خود را با صدای بلند بخوانید.

مهم نیست شغل شما چیست، به احتمال زیاد روزانه حداقل یک ایمیل می‌نویسید و ارسال می‌کنید. گوش دادن به کلماتی که روی کاغذ می‌نویسید یا تایپ می‌کنید، روند نوشتن شما را تسریع و شفاف می‌کند. با این کار می‌توانید کلماتی که خواندن آن مشکل است با زبان ساده‌تر و قابل فهم‌تر بیان کنید. ■

مسعود صادق‌پور: کارشناسی ارشد MBA و کارشناسی مهندسی صنایع است و دانشجوی دکتری مدیریت کسب و کار



🔥 از محیط پیرامون خود برای تغییر عادات مخرب استفاده کنید. اگر در طول روز به دلیل تماس‌های مکرر تلفنتان وقت خود را از دست می‌دهید، آن را در اتاق دیگری بگذارید تا متمرکز بمانید. اگر ایمیل‌ها جریان کار شما را از مسیر خارج می‌کنند، اعلان‌ها را متوقف کنید. اگر می‌خواهید کتاب بیشتر بخوانید، در هر اتاق، کتاب قرار

این موضوع می‌تواند میزان اتکای شما به موس و پد کامپیوتر را کاهش دهد. ممکن است کم‌اهمیت به نظر برسد اما با گذشت زمان، تفاوت زیادی ایجاد می‌کند. یک مطالعه نشان می‌دهد که افراد به‌طور متوسط دو ثانیه در هر دقیقه به واسطه کار کردن با ماوس به جای استفاده از کلیدهای میانبر صفحه کلید از دست می‌دهند. این یعنی هشت روز از سال.

