

**Тайм менеджмент**

Подумайте, какие внутренние причины могут помешать Вам использовать методы управления временем на практике, **сейчас или в будущем**. Ниже следует набор возможных ответов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Утверждение** | **Да** | **Нет** |
| 1. | Мне не дается планирование времени, так как от рождения я неорганизованный человек |  |  |
| 2. | Постоянное планирование времени отнимет слишком много сил |  |  |
| 3. | Управление временем функционирует только в теории |  |  |
| 4. | Планирование времени лишит мою жизнь спонтанности |  |  |
| 5. | Для моей практической работы самоменеджмент не подойдет |  |  |
| 6. | Это все азбучные истины |  |  |
| 7. | "Реальность не будет соответствовать моим планам" |  |  |
| 8. | Я итак работаю максимально продуктивно на протяжении всего дня |  |  |
| 9. | Я все равно не успею сделать то, что запланировано, даже если буду планировать время |  |  |
| 10. | Если я захочу, чтобы работа была сделана, я сумею ее выполнить, не прибегая к тайм-менеджменту |  |  |
| ВАШ РЕЗУЛЬТАТ | |  |  |

|  |
| --- |
| **Самопроверка:**  Поставьте за каждый ответ «НЕТ» - 1 балл, за каждый «ДА» - 0 баллов  **Результаты:**  **0-2 балла** – у Вас слабое понимание темы тайм менеджмента. Вероятно, в настоящий момент Вы сильно сомневаетесь, что в состоянии сделать свою жизнь более легкой, интересной или менее напряженной. Но использование представленных в данном модуле методик в будущем поможет Вам выработать положительную позицию в отношении организации времени. Рекомендуем Вам еще раз внимательно изучить раздаточный материал, вспомнить пройденный видеоурок и повторить упражнения из домашнего задания. После того, как вы повторите изучение урока, приступайте к освоению дополнительной литературы по этой теме.  **6-8 баллов** - у Вас удовлетворительное понимание темы тайм менеджмента, но Вам надо разобраться в некоторых понятиях. Хотя Ваш подход к организации времени в целом конструктивен, некоторые убеждения могут помешать Вам. Рекомендуем повторно изучить раздаточный материал и еще раз сделать домашнее задание. После того, как вы повторите изучение урока, приступайте к освоению дополнительной литературы по этой теме.  **9-10 баллов** – Вы отлично разобрались в теме тайм менеджмента. У Вас позитивное отношение к управлению временем и не должно возникнуть особых трудностей в выполнении практических приемов, описанных в данном модуле. Вам не требуется повторное изучение урока. Для более углубленного изучения данной темы прочитайте рекомендованную литературу. |