

ج / تتطلب معرفة مدى استفادتك للوقت والعوامل المضيق لوقتك أن تقوم بعمل سجل يومي لمدة أسبوع مثلا وتدوّن فيه تفاصيل الأعمال التي قضيت فيها وقتك وكذلك كم أخذ كل عمل من الوقت، قم بتصميم جدول مفصل لكل يوم، وقسمه إلى عدد ساعات يومك وهي تقريبا ١٦ ساعة على افتراض أن النوم يأخذ ٨ ساعات، وقم بتقسيم كل ساعة إلى ٤ أقسام أي ١٥ دقيقة، وقسم الساعات إلى أعمال ومقدار الوقت المهدر لكل عمل. المهم أن يوضح لك الجدول الأعمال ومقدار الوقت المهدر لكل عمل. بعد ذلك عليك أن تقوم بتحليل الجدول وتبحث في عوامل تبديد الوقت فتزيلها وتساءل نفسك، هل هناك فرصة لتنظيم الوقت بشكل أفضل؟ إن كانت الإجابة بنعم _ وهي كذلك دائما _ فعليك أن تبحث عن هذه الفرصة. سؤال: أنا مشغول ولا يوجد لدي وقت للتنظيم! يحكى أن حطابا كان يجتهد في قطع شجرة في الغابة ولكن الفأس لم يكن حادا إذ إنه لم يشحذ من قبل، فقال له: «لماذا لا تشحذ فأسك؟» قال الحطاب وهو منهمك في عمله: «ألا ترى أنني مشغول في عملي؟!» يساعدك على إتمام أعمالك بشكل أسرع وبمجهود أقل وسيتيح لك اغتنام فرص لم تكن تخطر على بالك لأنك مشغول بعملك. إننا علينا أن نجهز الأرض قبل زراعتها، علينا أن نخطط لكيفية قضائه في ساعات اليوم. سؤال: لا أحتاج تنظيم الوقت لكل شيء، _ في إحصائيات كثيرة نجد أن أمورا صغيرة تهدر الساعات سنويا، أي أنك تقضي ٢٠ دقيقة يوميا تنتقل بين البيت ومقر العمل، _ ١٠٠ دقيقة أسبوعيا x ٥٢ أسبوعا = ٥٢٠٠ دقيقة = ٨٨ ساعة تقريبا !! _ لو قمت باستغلال هذه العشر دقائق يوميا لاستفدت من ٨٨ ساعة تظن أنت أنها وقت ضائع أو مهدر، كيف تستغل هذه الدقائق العشر؟ بإمكانك الاستماع لأشرطة تعليمية، سؤال: أنت الذي تسمح للآخرين بأن يجعلوك أداة لإنهاء أعمالهم، اعتذر للآخرين بلباقة وحزم، وإن لم تخطط لنفسك وترسم الأهداف لنفسك وتنظم وقتك فسيفعل الآخرون لك هذا من أجل إنهاء أعمالهم بك!! أي تصبح أداة بأيديهم. تنظيم الوقت لا يعني أن تصبح آلة تنفذ الأعمال المخطط لها فقط، فنحن مهما حاولنا أن نتوقع الاهتمام بالعائلة أو التطوير الذاتي ونحوه. كيفية تنظيم أوقاتنا فستأثينا أمور وأشياء لم نكن نتوقعها، هل الذي خططت له أهم أم هذا الأمر الذي طرأ مؤخرا؟ تختلف الإجابة على هذا السؤال باختلاف أهمية ما خططت له، لذلك التلقائية تعزز أكثر وتصبح عقلانية أكثر وقد كانت قبل التنظيم تلقائية فوضوية. سؤال: أليست كتابة الأهداف والتخطيط مضيق للوقت؟ افرض أنك زاهب لرحلة ما تستغرق أياما، فما رأيك؟ تصور أنك تخطط كل يوم لمدة ساعة والتوفير المحصل من هذه الساعة يساوي ساعتين، أي أنك تحصل على ٧٣٠ ساعة سنويا أي ما يعادل ٣٠ يوم (شهر) في السنة تستطيع استغلاله في أمور أخرى كالترفيه أو الاهتمام بالعائلة أو التطوير الذاتي ونحوه. سؤال: والتنظيم يهدف فقط إلى تحقيق أفضل إنجازات وتخفيض الضغوط عن كاهل الشخص وكذلك إتاحة وقت له كي يطور نفسه ويتعلم ويمارس هواياته. فمثلا تود قضاء وقت مع العائلة في رحلة حدد لها موعدا وقم بالإعداد المسبق لهذه الرحلة وكيف أعمالك وارتباطاتك لكي لا تضيق عليك وقت الرحلة، أولا: رفهت عن نفسك. ثانيا: رفهت عن عائلتك. ضمن دائرة الاهتمام وخططت لكي تقوم بأنشطة فعلية لصالح عائلتك. سؤال: فماذا أفعل؟ لا تقلق أبدا فهذا شيء طبيعي، فكيف تنظم وقتها؟ عليها أن تنسى الدفاتر والجدول وتضع جدول وحيد فقط حتى تهتم بالطفل الصغير، تضع فيه مواعيد زيارة المستشفى مثلا وكذلك تحدد لنفسها كتب تقرأها في وقت فراغها عن تربية الأطفال مثلا، وبهذا قد لا أحتاج إلى الجدولة والتنظيم، لذلك لا تقلق إن مرت بك ظروف تجبرك على عدم التنظيم. سؤال: لا يوجد لدي حاسوب لتنظيم وقتي! الحاسوب أداة مرنة وسهلة وممتازة لتنظيم الوقت، لكن ليس كل من لا يملك حاسوبا لا يستطيع تنظيم وقته،