

Zloději času

Úkol

Níže naleznete seznam častých zlodějů času. Zaškrtněte políčka, která se vás týkají.

V průběhu dne váháte, čemu se jako dalšímu věnovat.	
Pokud dostanete otázku: „Co Tě čeká příští týden?“, potřebujete se, než odpovíte, podívat nejdříve do kalendáře.	
Pokoušíte se dělat mnoho věcí najednou.	
Účastníte se neplodných a zdlouhavých jednání.	
Nedostatečně delegujete (věnujete se činností, které by měl/mohl dělat někdo jiný).	
Máte obtíže s odmítáním.	
Nedokážete své úkoly dotáhnout do konce.	
Zažíváte potíže v komunikaci – s některými lidmi se prostě nedokážete opakovaně dohodnout. Rozčiluje vás to.	
Při čekání (např. v obchodě, u doktora, na autobus) nevíte co dělat, nudíte se.	
Máte sklony k perfekcionismu.	
Příliš se zabýváte čtením různých nepodstatných dokumentů.	
Máte neefektivně organizované ukládání dokumentů – v papírové / elektronické podobě.	
Spěcháte, jste netrpěliví a následně roztržití. Zapomínáte věci, pro které se následně musíte vracet.	
Míváte nedostatek potřebných informací ke splnění úkolů.	
Stává se vám, že potřebujete druhému znovu zavolat / napsat, protože jste se zapomněli probrat některou ze záležitostí.	
Zdržuje vás klábosení s kolegy.	
Nedokážete dobře odhadnout dobu k vyřízení úkolů.	
Jste přehlcení emaily bez informační hodnoty.	
Vyrušují vás nepodstatné telefony a dotazy kolegů.	
Trávíte mnoho času na sociálních sítích nebo čtením zpráv z internetu.	

Berete si často práci domů (večer nebo o víkendu).	
Neumíte si říct o pomoc.	
Nedostatečně využíváte technologické možnosti.	
Pokud přes sebou máte náročný/nepříjemný/nudný úkol, věnujete se raději příjemné, ale neužitečné činnosti (např. televize, filmy, seriály, sociální sítě, internet atd.)	
Nedokážete najít potřebné dokumenty či věci (nemůžete si vzpomenout, kde jsou).	
Děláte činnosti za druhé (např. práci za kolegu, protože na něj není spoleh).	
Komunikaci nepřizpůsobujete komunikačnímu partnerovi.	
Chybí vám přehled o očekávaných úkolech a aktivitách.	
Trávíte čas s lidmi, se kterými ho trávit nechcete.	
Nevyužíváte dostatečně čas při cestování.	
Nedokáže se elegantně zbavit neohlášených návštěv.	

Největší množství času nám sebere to, když neanalyzujeme svou situaci. Když děláme chyby a nebereme si z nich ponaučení. Když jenom strkáme hlavu do písku. Když se příliš často brzy vzdáváme nebo jsme si jistí, že „s tím se prostě nedá nic dělat“. Když si myslíme, že jsme obětí vnějších okolností – šéfa, kolegů, zákazníků, dodavatelů, počasí, osudu, hvězd, pátku třináctého a bůhvíčeho ještě. V takovém případě nemáme možnost s nastalou situací nic dělat a náš problém vyřešit.

„Jsem přesvědčen, že můj život tvoří z 10 % to, co se stane, a z 90 % to, jak na tyto věci reaguji.“

Charles Swindoll