

7 воскресных рецептов для удачной будущей недели

1. Сделайте обзор прошедшей "семидневки"

Хорошо бы использовать для этого и обычную рабочую тетрадь/блокнот, и Evernote (можно любой дневник на вашем компьютере, ноуте, планшете). При этом каждая запись должна быть обработана. Что-то можно зачёркнуть, удалить, – как потерявшее актуальность или не нашедшее применения. Что-то можно перенести на следующую неделю, назначить конкретную дату или перенести в папку "При случае". Добавим, что если не удастся сделать подобный обзор, у вас может остаться ощущение незавершённости, "разгерметизации". Сложно начинать новую неделю собранным, когда понимаешь, что усилия прошедшей были не завершены и не осмыслены.

2. Составьте перечень задач на новую неделю

Для этого можно использовать, к примеру, формирование списка задач и идей по принципам "автофокуса" Марка Форстера. Тогда в воскресенье останется лишь обработать его и дополнить записями, результатами выполнения пункта 1.

3. Расставьте приоритеты для задач на предстоящей неделе

Лучше всего выделить три важные задачи на предстоящую неделю. Чтобы эффективность их решения была максимальной, нужно записать их на отдельном листочке, который всегда был бы перед глазами. В этом именно случае не полагайтесь на всякие "электронные прилепки" на мониторе или в смартфоне – они не видны, когда гаджет выключен или до них нужно "добираться".

4. Тщательно спланируйте понедельник

Это уже почти как закон: если максимально подготовиться к задачам первой половины понедельника, наверняка он не будет "тяжёлым" днём. При этом вообще хорошо бы на утро каждого дня определять три важных дела, до выполнения которых не позволять себе заглядывать в "манящую" Сеть. Польза применения этого правила в понедельник двойная.

5. Назначьте себе бонусы в наступающую неделю

Придумать себе награду за выполнение самых важных и сложных задач на неделю для большинства людей задача непростая. Можно прикинуть и подумать об этом, например, в течение тренировок. Результатами подобных раздумий становится лучшее понимание собственных ценностей и подлинной значимости для вас того, что вы себе напланировали.

6. Посвятите свои достижения кому-нибудь на будущей неделе

Трёх важным задачам на неделю можно придумать дополнительную мотивацию. Ну, например, пусть даже это касается кого-нибудь из ваших деловых партнёров. Или посвятите неделю одному из своих особо перспективных клиентов – вот! Ведь это здорово: подтолкните его, предупредите ему что-то интересное – он сможет больше зарабатывать, а, значит, и вы сможете предложить ему свои новые услуги и продукты.

7. Придумайте название новой неделе

Пусть, например, следующая неделя будет неделей приведения в идеальный порядок файловой системы вашего "электронного друга". Выберите критерии для структурирования своих файлов: проекты, клиенты, партнёры, сроки... Продумывайте и концентрируйтесь на них каждый день. Это поможет привести в порядок не только сам рабочий электронный архив, но и улучшить целостное понимание всех своих дел.