

МИФЫ О ПЛАНИРОВАНИИ

«На планирование тратится слишком много времени».

На самом деле планирование помогает увидеть, как можно цель разделить на действия, чтобы реализовать задуманное быстрее и эффективнее. В этом случае твой фокус внимания будет на конкретном действии, ведущем к цели, а не на всей цели сразу.

«Чем больше задач в моем списке, тем больше я сделаю»

Когда в твоем списке намного больше задач, чем ты можешь физически выполнить, то никакая самомотивация не поможет. Ты изначально понимаешь, что планы нереальные, и подсознательно будешь сопротивляться их выполнению.

Обычно люди ставят огромные цели и сжатые сроки для их реализации. Затем пытаются их достичь, но результат не соответствует ожиданиям. Как правило, это происходит потому, что:

- либо цели не истинные,
- либо цели неточные,
- либо план их реализации не продуман,
- либо некорректно установлены сроки.

«Жизнь по плану скучна и однообразна».

Весьма сомнительное утверждение. Спланированная жизнь вмещает в себя столько событий и приключений, что жизнь без плана просто неинтересна.

Давайте поиграем с вашим воображением. У вас есть чемодан? вспомните, как он выглядит, каков его объем. Так вот, если в этот чемодан в хаотичном порядке накидать вещей, то в него поместится совсем чуть-чуть. Если вещи складывать аккуратно, одна к другой - чемодан поместит гораздо больше вещей. Так и с делами.

Жизнь с планированием более насыщена на события и приключения.

И помните: «Чтобы дойти до цели, надо идти». (Оноре де Бальзак)

Психолог–педагог Домино Галина Васильевна