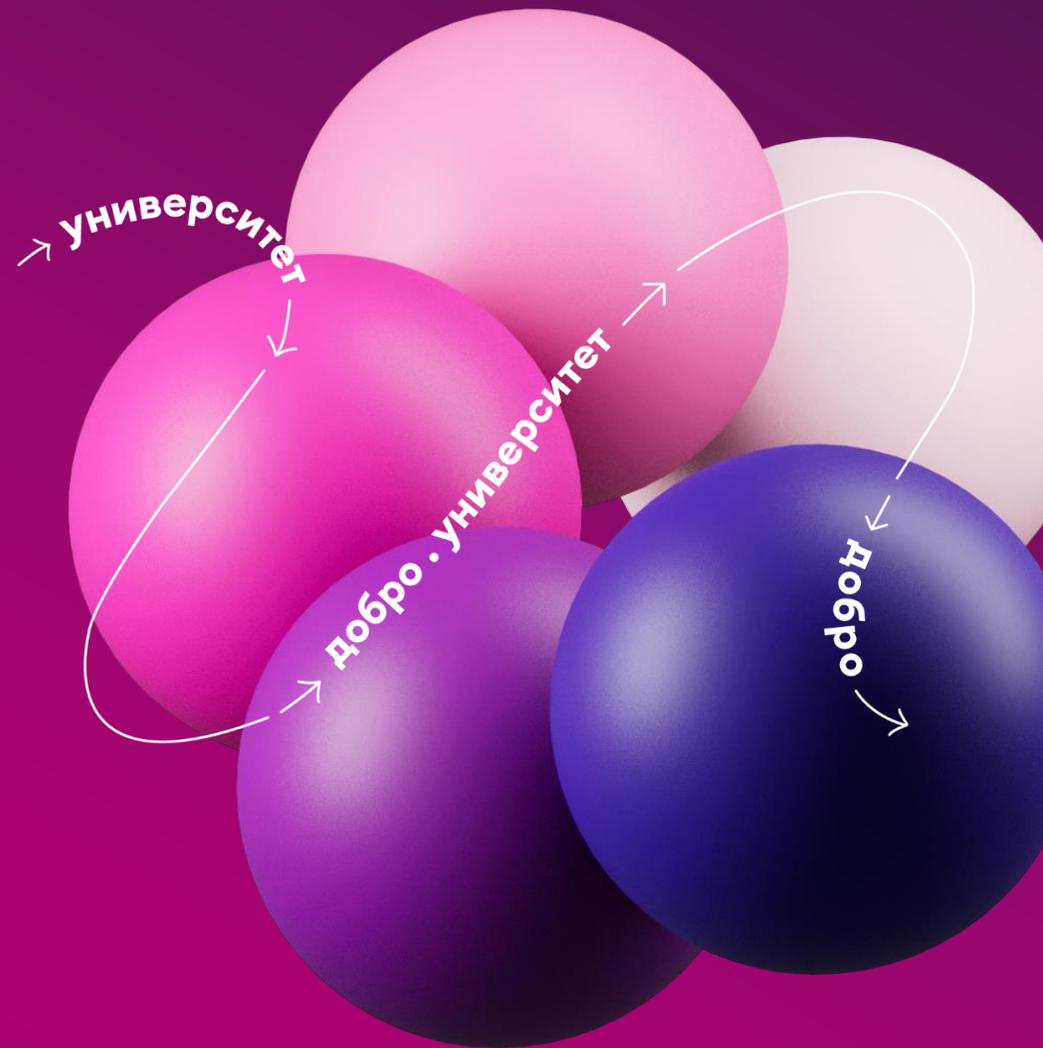
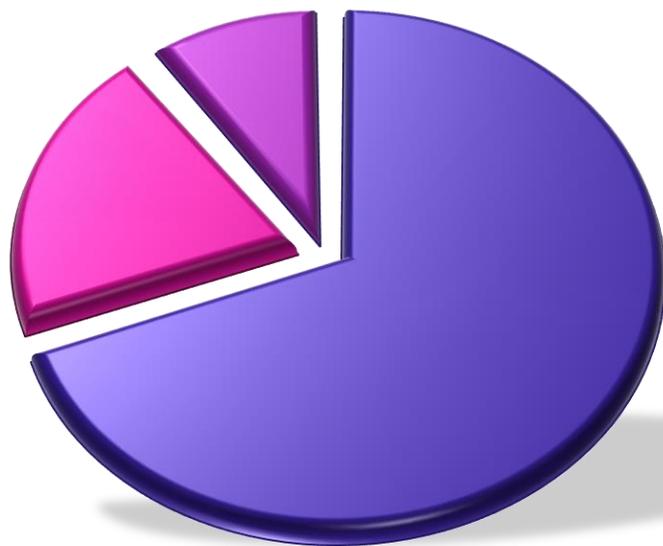


УРОК 6

РАЗВИТИЕ КОМПЕТЕНЦИЙ



МОДЕЛЬ «70:20:10»



70% времени нужно уделять практике

20% должно оставаться на получение практических знаний через общение с более опытными коллегами

10% отводится на изучение теории

- практика
- общение
- теория

ПРИНЦИП «FIRST»

F Focus on priorities – фокусируйтесь на приоритетах.

I Implement – регулярно практикуйтесь.

R Reflect – оценивайте прогресс.

S Seek feedback – ищите поддержку и получайте обратную связь.

T Transfer learning into next steps – ставьте себе новые цели.

МЕТОД «СЛОНА»

«Слон» – это объемная работа. Чтобы его съесть, нужно сделать из него стейки. Другими словами, разделите большую задачу на пункты, внесите их в ежедневный план и постепенно выполняйте.

МАТРИЦА ЭЙЗЕНХАУЭРА

Система, которая помогает расставить по приоритету наиболее актуальные, важные и срочные задачи, распределить остальные по параметрам скорости их реализации и ценности для человека.

Матрица состоит из 4 блоков:

- Срочные и важные задачи, которые необходимо выполнить.
- Несрочные, но важные задачи, которые необходимо запланировать и в дальнейшем приступить к выполнению.
- Неважные, но срочные, которые необходимо делегировать.
- Неважные и несрочные задачи, которые необходимо убрать из своего списка задач.

МЕТОД «КОМПАС»

Как пользоваться данным методом:

- около компаса приклеены стикеры;
- около севера – стикер «цель»;
- около юга – «+» и «-»;
- около запада – «задачи»;
- около востока – «риски».