

مدیریت موفق زمان

در یک هفته

یکشنبه: آغاز در مای کارها خود شما هستید

دوشنبه: درک شغل خود

سه‌شنبه: سازماندهی محل کار خود

چهارشنبه: مدیریت حجم کار خود

پنجشنبه: کنار آمدن با همکاران خود

جمعه: ارتباط مؤثر به منظور صرفه جویی زمان

شنبه: روش‌های برگزیده مدیریت زمان

آنچه را که متخصصان در طول زندگی‌شان یاد گرفته‌اند

در یک هفته یاد بگیرید.

رابرت اشتن

کارآفرین اجتماعی

سرشناسه	: اشتن، رابرت Robert Ashton
عنوان و نام پدیدآور	: مدیریت موفق زمان در یک هفته
مشخصات نشر	: تهران: نصر قلم، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	: ۱۲۷ ص: جدول
فروست	: به خود آموزش دهید.
شابک	: ۹-۸-۹۳۷۳۷-۶۰۰-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیبای مختصر
یادداشت	: فهرستنویسی کامل این اثر در نشانی http://opac.nlai.ir قابل دسترسی است
یادداشت	: عنوان اصلی: Successful Time Management
شناسه افزوده	: روستا، احمد، ۱۳۲۷ - مترجم
شناسه افزوده	: نعمتی، فائزه، مترجم
شماره کتابشناسی	: ۳۸۷۶۶۵۳



تقاطع ولیمصر - طالقانی، مجتهد، ترجمه، لایحه همکف واحد ۲۴

تلفن: ۰۲۱-۰۵۶۵۷۴۸

۰۲۱-۶۶۹۶۵۳۳۶-۷

مدیریت موفق زمان در یک هفته

نویسنده: رابرت اشتن

مترجمین: دکتر احمد روستا - فائزه نعمتی

سال چاپ: ۱۳۹۵ - نوبت اول

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹-۸-۹۳۷۳۷-۶۰۰-۹۷۸

حق چاپ برای ناشر محفوظ است.

رابرت اشون، نویسنده موفق کتاب‌های کسب و کار، کارآفرین اجتماعی و نامزد انتقادات است. او در شرکت‌های بزرگ و شرکت‌های کوچک خانوادگی کار کرده است. وی شروع به ایجاد و فروختن کارهای خود کرده است.

او همچنین به چندین سازمان اجتماعی کمک کرده که امروزه بیش از یک میلیون پوند سالانه به صورت اهدا توزیع می‌کند. در حال حاضر او به صورت مستقل کار می‌کند، او به افراد خاص و سازمان‌ها کمک می‌کند تا هر چه بیشتر کارآفرینی کنند.

فهرست

- یکشنبه: آغارگر همه‌ی کارها خود شما هستید ۹
- دوشنبه: درک شغل خود ۲۵
- سه‌شنبه: ساماندهی محل کار خود ۴۱
- چهارشنبه: مدیریت ردای خود ۵۹
- پنج‌شنبه: کنار آمدن با همکاران خود ۷۵
- جمعه: ارتباط مؤثر برای صرفه‌جویی زمان ۹۳
- شنبه: روش‌های گزیده‌ی مدیریت زمان ۱۰۹

مقدمه

حد فل ۸۰ سال است که اشخاص به نویسندگی در رابطه با مدیریت زمان پرداخته‌اند. به مرور قطعاً زمان تغییر می‌کند؛ اما داشتن زمان کافی برای انجام تمام کارهای روزانه همیشه یک چالش بوده است. هنگامی که اس تی مارهر، در سال ۱۲۲۵ این کتاب را نوشت، (فرصت‌ها را غنیمت شمرد و آن‌ها را از دست ندهید.) هیچ گونه ایمان تمامش تلفنی دریافت نکرد؛ بلکه او مشکلی را که همگی ما برای انجام کارهایمان داریم به خوبی درک کرد. با این وجود اکثر ما می‌دانیم که به اتمام رساندن کارها در ستهای روز امری دشوار است. همگی ما بیش از اندازه کار بر عهده می‌گیریم، دست‌انداختن برای الویت‌بندی آن‌ها هستیم و به خودمان این اجازه را می‌دهیم تا دچار مواجس پرتی شویم.

داگلاس آدامز (مولف کتاب راهنمای مسافان کاشان)، اخیراً اظهار داشت که به (تعیین فرجه و شتاب برای انجام کارها در موعده مقرر) علاقه‌مند بوده است. به بیانی دیگر؛ وی بر این باور بود که، آغاز یک فعالیت تا رسیدن به اتمام آن در زمان مقرر کاری تقریباً دشوار است. با شما شرط می‌بندم که می‌توانم از آن پدیده سر در بیاورم - من به‌تیر دارم که می‌توانم.

احتمالاً (نه) گفتن به برخی از مسائل برای من هم مانند شما مشکل است. من مدت انجام کارها و اتلاف زمان روی برنامه‌های بیهوده را تخمین می‌زنم و در این صورت می‌توانم کارها را با موفقیت انجام دهم. همسرم می‌گوید من به راحتی قانع می‌شوم و مردم از این ویژگی سوء استفاده می‌کنند. احتمالاً حق با اوست. آری، حقیقت تلخ

است؛ اما گاهی اوقات نیاز است که حقیقت را همان گونه که هست بیان کنیم. امیدوارم شما هم در زندگی خود کسی را داشته باشید که این گونه با شما سخن بگوید.

اگر نگاهی به زندگی من بیندازید؛ مثال های متعددی می یابید که چقدر می توانستم استفاده بهتری از زمان داشته باشم و قطعاً می توانستم موفقیت بیشتری در مدت زمان کوتاهی بدست آورم و از زمانی که در اختیار داشتم استفاده ی بهینه را ببرم. به طور اساسی مطمئن هستم از اطرافیان خود نیز بهترین استفاده را نبرده ام. سال ها گذشت تا به اهمیت انعام کارها در زندگی ام پی ببرم. و این امر به تنهایی حاصل نشد.

یادگیری مدیریت زمان برای من بسیار دشوار بود. هدف من از نوشتن این کتاب، آسان کردن مسیر یادگیری مدیریت زمان برای شما است؛ زیرا هیچ کدام از کتاب های رایج را که در این زمینه تا به امروز خوانده ام کمک سودمندی به من نکردند. بعضی از آن ها طولانی و بعضی بی نهایت کوتاه بیان شده اند و در بعضی از آن ها تنها به اهمیت همان استراتژی و نگرش بیان شده تمرکز شده است.

سعی من از نوشتن این کتاب، بیان مطالبی است که پیش تر به خواندن آن ها نیاز داشتم. امیدوارم خواندن این کتاب به همان مقدار که نگرش آن برای من سودمند بوده است؛ برای شما نیز مفید باشد.

رابرت اشتون