



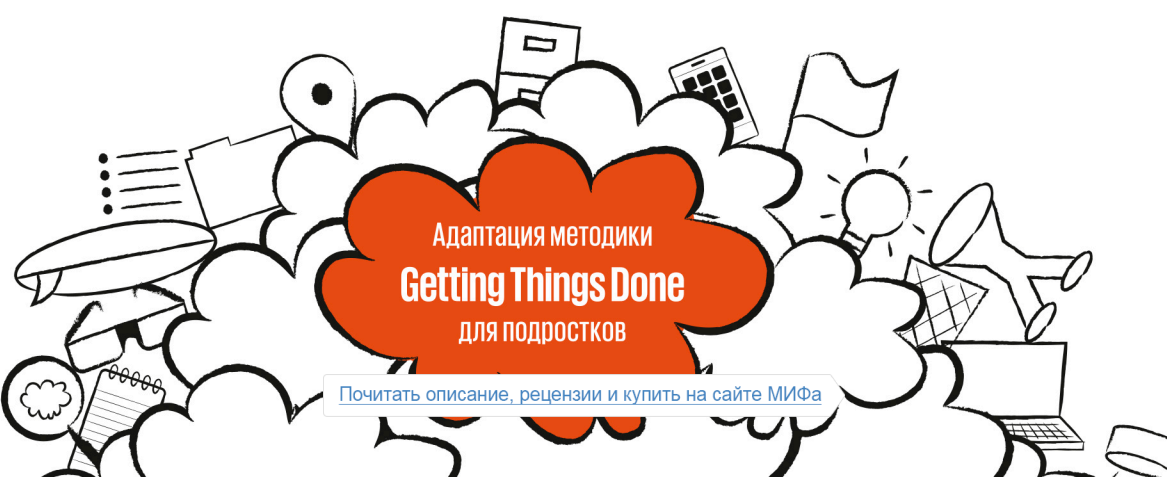
КАК ПРИВЕСТИ ДЕЛА В ПОРЯДОК

Дэвид Аллен

Майк Уильямс

Марк Уоллас

в школе и не только



Адаптация методики
Getting Things Done
для подростков

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Как привести дела в порядок — в школе и не только

Дэвид Аллен, Майк Уильямс, Марк Уоллас

Дэвид Аллен — автор международных бестселлеров, эксперт с мировым именем в области личной и организационной производительности. Журнал Time назвал его бестселлер «Как привести дела в порядок» «главной книгой десятилетия о саморазвитии в бизнесе».

Майк Уильямс был президентом и генеральным директором David Allen Company с 2011 по 2016 год. Сейчас состоит в совете директоров Ассоциации развития талантов (td.org), корпоративный архитектор Getting Things Done на Zappos.com.

Марк Уоллас более двадцати лет преподавал в средней школе в Миннесоте и получил награду TIES (Teaching Institute for Excellence in STEM) как выдающийся педагог.

Дэвид Аллен

Посвящается новому поколению молодых людей, которые научатся относиться к задачам как к проектам раньше, чем это сделали мы

Майк Уильямс

Посвящается Арианне, Ханне и Конраду. Вы меня вдохновляете, подбадриваете и учитесь. Для заботливых родителей, которые стремятся изменить жизнь к лучшему

Марк Уоллас

Посвящается моей замечательной жене, прекрасным детям, самоотверженной семье, участливым друзьям и всем, кому хватает смелости предпринять самое важное следующее действие

Содержание

Предисловие к российскому изданию 9

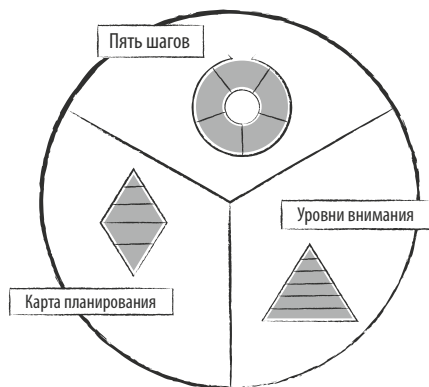
Предисловие 11

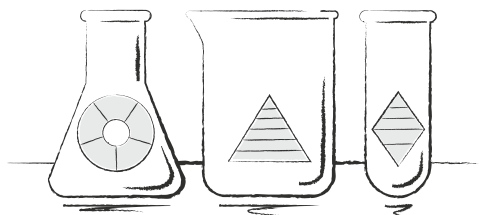
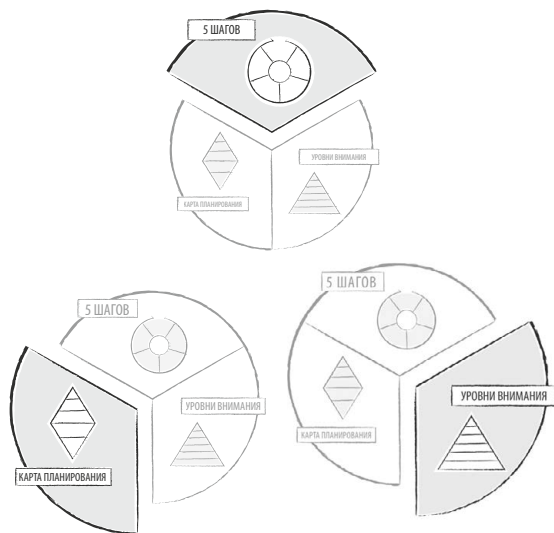
Родителям, учителям и другим неравнодушным взрослым 13

Подросткам 15

Прежде чем мы начнем 16

Часть I. Искусство получать результат 25





Словарь	221
Благодарности	224
Алфавитный указатель	225
Визуальный обзор	233

Предисловие к российскому изданию

Про мощную систему самоорганизации под названием Getting Things Done (GTD) я узнал впервые в 2005 году. Я был уже не подростком, но самым молодым руководителем в компании, где тогда работал. В новой для себя роли я буквально разрывался между сотнями мелких дел, необходимостью управлять департаментом, состоящим из 45 сотрудников, работающих удаленно, и недавно появившейся семьей. Иностраный коллега порекомендовал мне невероятно популярную книгу на тему продуктивности, которая набирала всё больше поклонников по всему миру. Описанный в ней подход перевернул мое представление о том, как нужно работать, чтобы успевать выполнять важные дела и не испытывать постоянное напряжение и тревогу.

Несколько лет я методом проб и ошибок внедрял GTD для себя, проводя эксперименты, что работает, а что нет. Однако, доведя свою личную систему до совершенства, я столкнулся с такой ситуацией: как только ты начинаешь по-настоящему применять GTD, тебе хочется, чтобы люди вокруг тоже следовали этим принципам. Проверив на себе, что методика работает, ты понимаешь: жизнь в целом станет лучше и проще, если ближайшее окружение также будет использовать систему GTD.

За много лет работы в России мы заметили, что компании, обучившие своих сотрудников принципам и практикам GTD, в целом становятся более спокойными, быстрыми и гибкими. Люди выкарабкиваются из постоянных авралов, учатся справляться с ежедневной информационной перегрузкой, развивают творческий подход, стратегическое видение и в целом повышают качество своей жизни и работы. Изменив себя, мы начинаем оказывать на окружающих больше влияния и таким образом запускаем позитивную цепную реакцию — сначала на работе, а затем в семье.

Многие участники моих семинаров по GTD приводили к нам на обучение своих детей. Они понимали, что для успешного завтра детям нужны базовые навыки управления вниманием, временем и энергией уже сегодня, а ведь этому не учат в школах и университетах. Подразумевается (и это ошибка), что такие знания и опыт появляются сами по себе.

Я вспоминаю наш первый публичный тренинг в Москве в 2015 году, на который пришли два предпринимателя вместе со своими сыновьями. Тогда я увидел, что младшие участники проявили большую заинтересованность и охотно делились своими лайфхаками, например, как использовать геолокацию для планирования дел по контекстам. Другой участник нашего тренинга рассказывал, как приучает четырехлетнюю дочь завершать начатые дела с помощью наглядных ежедневных чек-листов. Заправила постель — получи наклейку в виде звездочки, можешь вклеить ее в чек-лист. Соберешь нужное количество наклеек — получишь обещанное вознаграждение. Конечно, одних наклеек мало: ребенку надо объяснить, зачем нужно что-то делать. Но это помогает сформировать правильные привычки. Ежедневная практика приносит гораздо большие результаты, когда превращается в интересную игру, в которой ведется счет и есть приз.

У меня две дочери — подросткового и младшего дошкольного возраста, и я вижу, как их реальность отличается от той, в которой рос я. Они живут в мире цифровой информации, постоянной включенности, отвлечений, быстрых перемен. Требования, предъявляемые к ним в школе, в несколько раз выше, чем 20 лет назад.

Моя старшая дочь Настя приняла участие в тренинге GTD, когда ей было 13 лет. Она училась, практиковалась, настраивала свою личную систему продуктивности вместе с директорами и собственниками компаний.

Я бы рекомендовал эту книгу не только подросткам, но и их родителям. В ней простым языком рассказаны сложные вещи, которые помогают лучше понять принципы и правила, сформулированные Дэвидом Алленом в его первой книге в 2001 году. Даже после 14 лет применения GTD, редактируя эту книгу, я смог по-новому посмотреть на некоторые понятия, и вся методология уложилась в моей голове по полочкам.

Читайте книгу, применяйте сами, заражайте своим примером других. Беритесь за большие цели и будьте готовы ко всему!

*Искренне ваш,
Дмитрий Иншаков,
глава представительства Getting Things Done® в России
www.gtdrussia.ru*

Предисловие

«Жалко, что меня не научили этому в школе. Мне бы это так помогло!»

«Как мне объяснить это своим детям?»

Последние три десятка лет я обучал людей методике, известной сегодня во всём мире под аббревиатурой GTD и описанной в моей книге «Как привести дела в порядок». За это время я не раз слышал подобные восклицания.

Те, кто знаком с GTD, скорее всего, всё поняли. Если же вы ничего не слышали о моем методе, то в книге вы найдете приемы, которые нам всем стоило бы освоить в юности. Это простой, но надежный способ справляться с делами, которые требуют внимания. Причем управляя ими, а не позволяя им рулить нами.

Родители, учителя, работники школ, священники и социальные педагоги — все, кто помогает детям подготовиться к будущему, — часто просили меня адаптировать методику GTD для молодежи.

У меня нет детей, я не преподаю в школе. Но за несколько лет я создал модель, ставшую основой моей профессии бизнес-тренера. Ко мне приходили те, кто тонул под валом электронной почты, интернета и новостей о резких переменах в мире. Они жаждали помощи.

Я сразу понял, что открыл нечто сверхполезное для всех очень занятых людей — от студентов и художников до родителей, сидящих дома с ребенком. Но я понятия не имел, как эффективно завоевать эту аудиторию, поскольку сам пытался строить карьеру. И уж тем более я не знал, как преобразовать эту методику в понятный и удобный для подростков формат.

Однако я всегда считал: если моя работа действительно принесет долгосрочную пользу, то ключом станут дети. Чтобы поддерживать эффективность без стресса, нужны привычки, которые во взрослом возрасте тяжело изменить. Например, надо вести учет обязательств, больших и малых, в надежной внешней системе,

а не в голове. Прием простой, но позволяет оптимально размышлять и фокусировать внимание. Многие взрослые не станут этим заниматься, даже понимая необходимость записывать. Я в этом убедился. Дети же могут очень быстро усвоить такую привычку. В этом я тоже убедился.

Многие взрослые считают, будто знают, как нужно думать. Дети же еще способны учиться.

Я не знал, смогу ли завоевать юную аудиторию (и как), хотя эта цель всегда была в моем списке «Когда-нибудь / может быть». Мои мечты воплотились в жизнь после знакомства с Майком Уильямсом и Марком Уолласом.

Майк работал в General Electric и успешно применял мои методы, внедряя важные перемены. Потом я обнаружил, что он вел блог, где рассказывал, как адаптирует GTD для своих детей! Мы пообщались, и Майк пришел работать ко мне. (Мои сотрудники, знакомые с ним, говорили: «Хочу такого отца, как Майк!») Мы решили, что пора написать эту книгу. Я знал, что могу на него положиться в решении самых сложных задач.

Затем я узнал о Марке Уолласе, школьном учителе из Миннеаполиса, которому настолько понравились методы GTD, что он начал внедрять их при работе с детьми в своей школе. Я побывал на его занятиях и увидел, как ученики выполняли главное упражнение продуктивности без стресса — еженедельный обзор. Люди, знакомые с моими методами, в курсе, что это главное в GTD. Но очень немногие последовательно выполняют эту задачу. В классе Марка все тридцать детей были полностью вовлечены, а им не было и двенадцати лет! Конечно, мы обязаны были пригласить его в нашу команду.

Майк и Марк сами расскажут свои истории. Они добавили этой книге авторитетности своей работой с детьми (у меня такого опыта нет). К тому же они применили свои экспертные знания, чтобы мы могли создать прекрасную образовательную программу для всех, кто желает освоить методику GTD, — независимо от возраста.

Эта книга — идеал «простоты за границами сложности», которую восхвалял американский правовед Оливер Уэнделл Холмс. Готовы к путешествию? Тогда используйте эту методику, чтобы круто изменить свою жизнь и хорошенько «подзарядиться». Думаете, вы выше этого? Ошибаетесь.

Дэвид Аллен

Родителям, учителям и другим равнодушным взрослым

Добро пожаловать! Если вы читаете эту книгу, то вы, скорее всего, равнодушный взрослый — родитель, учитель, родственник, друг или наставник, который хочет поддерживать подростков.

Что вы заметили в них?

- Их рассеянность, стресс или тревога растут или снижаются?
- Что привлекает их внимание?
- Поняли ли вы, что их тревожит (например, что происходит в школьной столовой, автобусе, соцсетях) и в чем им еще предстоит разобраться?
- Заметили ли вы в них зарождающийся талант или страсть, которые нужно направить или сфокусировать?

Сегодня вы, возможно, помогаете подростку в учебе и жизни. Но совсем скоро им понадобится база, чтобы самим управляться со свободой, растущими сложностями и непредсказуемостью жизни. И вам наверняка хочется научить их техникам и привычкам, которые помогут им найти путь, — как вы научили их ездить на велосипеде, заниматься спортом, играть на музыкальном инструменте или водить автомобиль.

Отличные новости! Эта книга поможет подросткам отточить основные навыки для поиска своего пути. Они смогут ограничить отвлекающие факторы, избавиться от перегруженности и стресса, повысить уверенность в себе, развить харизму, продуктивность, изобретательность и получать больше удовольствия от жизни.

Методика GTD применяется во всём мире. Первыми испытателями были взрослые: художники, руководители, бизнесмены, ученые, врачи, учителя, священники, родители и многие другие. Они научились искоренять неэффективные привычки и заменять их продуктивными. Многие, познакоившись с GTD, замечали: «Жалко, что меня не учили этому в школе!» Наша книга — учебник, помогающий развить жизненные навыки.

Прежде чем начать путешествие с подростком (или подростками), на минуту вернитесь в прошлое. Помните первый раз, когда...

- вы работали над важным школьным проектом;
- вам нужно было следить за выполнением домашней работы и сроками сдачи;
- вы проходили отбор в команду или для участия в каком-то мероприятии;
- вы учились водить;
- вы ощутили свободу, покинув дом, — возможно, поступили в университет в другом городе или сняли свою квартиру?

Как это было в первый раз? У большинства всё проходит не слишком гладко. Но со временем, когда человек набирается опыта, ему становится легче.

Когда вы будете работать по этой книге с подростками, они наверняка не раз столкнутся с «первыми разами». Придется их пережить. Как равнодушный взрослый, вы, возможно, ощутите порыв вмешаться и всё исправить. Но нужно проявить мудрость, терпение и позволить детям разобраться во всём самим. Эта книга поможет вам справиться с преходящими потребностями и познакомить подростков с приемами и моделями поведения, которые пригодятся им в будущем.

Считайте эту книгу набором инструментов, основных принципов и методов, которые пригодятся на протяжении всей жизни. Они просты. Им можно научиться. Они неподвластны времени.

Если вы незнакомы с GTD, советуем полистать эту книгу вместе с подростком: она поможет и вам.

Мы надеемся, что эта книга станет для вас и вашего подростка надежным источником мудрости на всю жизнь. Желаем, чтобы, повзрослев, ваши знакомые подростки накопили знания, которые помогут им следовать за мечтой и справляться с любыми трудностями. Счастливого пути!

Подросткам

Добро пожаловать! Каким-то образом тебе удалось найти эту книгу (или она нашла тебя).

Полистай ее, хотя бы несколько секунд. Это не обычная книга. Это путеводитель и набор инструментов.

В твоей жизни настал очень интересный период. Но и проблем у тебя немало. Возможно, твои родители или учителя кое-что знают об этом, но только ты в курсе всего. Ты мечешься между уроками, тренировками, дополнительными занятиями, семьей, друзьями и прочим. Ты живешь в гиперподключенном мире. Только что всё было хорошо, но один звонок (или комментарий, или фотография в телефоне) способен кардинально изменить твоё настроение. Событие может быть захватывающим или пугающим — не в этом суть. Оно привлекает твоё внимание, тебе приходится как-то с ним справляться — вдобавок ко всему, что тебе и так нужно сделать. Как тебе это удается?

В этой книге даны полезные советы и инструменты, которые повысят твою продуктивность. Она поможет снизить уровень стресса и беспокойства. Она научит тебя справляться с проблемами, и у тебя появится больше времени на то, чтобы общаться с друзьями или отдохнуть.

Можешь читать эту книгу самостоятельно либо вместе с другом, наставником или родителем. Опробуй разные идеи. Пойми, что лучше всего подходит тебе сейчас. Работай в этом направлении. Когда твой мир обретет новые грани, перечитай книгу. В ней много идей, которые помогут тебе на любых этапах жизни.

Наслаждайся приключением!



Почитать описание и заказать
в МИФе

Смотреть книгу

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

Взрослые книги:



Проза:



Детские книги:

