

כיצד משפיע סגנון ההתנהגות על ניהול הזמן

מהו סגנון התנהגות? סגנון התנהגות הוא החלק הנראה לגבי "כיצד" אנו עושים דברים. קיימים שני סגנונות התנהגות מרכזיים הקשורים לניהול זמן:

1. **סגנון מוחצן (אקסטרורטרי):** אנשים המאופיינים ביזמות וממוקדים באנשים - מכוונים *Promoters*.
2. **סגנון מופנם (אינטרורטרי):** אנשים המאופיינים באנליטיות וממוקדים במטלה - מכוונים *Analyzers*.

ניהול הזמן שלנו לא מושפע רק מסגנון ההתנהגות שלנו, אלא גם מהאופן בו חונכנו. אנשים שגדלו בסביבה לא מאורגנת למדו הרגלים לא טובים, ולכן סביר שיהיו להם יותר קשיים בניהול זמן, אפילו אם סגנון ההתנהגות נוטה לניהול זמן יעיל. לעומת זאת, אנשים שגדלו בסביבה מאוד מובנית ומאורגנת, יהיה להם קל יותר לנהל זמן, אפילו אם סגנון ההתנהגות שלהם נוטה לניהול זמן לא יעיל.

Promoters: לאנשים כאלה יש את כל הכוונות לבצע את מה שהם מבטיחים, אך הם לא מצליחים כמעט אף פעם לעמוד בכך וכשהם כן עומדים בכך - הם נוטים לעשות זאת באיחור. אנשים אלה נוטים להיות לא מאורגנים ולבזבז זמן רב בחיפוש אחר דברים, הם עושים דברים מהר ולכן עושים טעויות רבות, ולבסוף, הם אוהבים אינטראקציות עם אנשים וזה מסיח את דעתם מביצוע המטלות.

כדי לייעל את ניהול הזמן שלהם, עליהם ללמוד להיות מאורגנים יותר על ידי סידור שולחן העבודה שלהם, ארגון המשרד, ארגון הלו"ז וכו'... עליהם ללמוד לומר "לא" לפרויקטים חדשים עד שהישנים יושלמו ולהפחית את הזמן שהם מבזבזים על אינטראקציות חברתיות במקום על עבודה.

Analyzers: אנשים אלה מתגאים בכך שהם מצליחים לבצע את העבודה כמו שצריך. הם מעדיפים איכות על כמות, הם טובים בעבודה לפי חוקים ונהלים ושונאים לאחר לפגישות. הבעיה שלהם בניהול זמן היא חיפוש מתמיד אחר עוד אינפורמציה להשגת שלמות בביצוע המטלה. השאיפה לשלמות גוזלת לעיתים זמן רב.

כדי לייעל את ניהול הזמן שלהם, עליהם ללמוד להציב לוח זמנים לכל פרויקט ולהיעזר בקולגות, כדי לדעת באיזה פרויקט יש לאסוף מידע בצורה שיטתית ובאיזה פרויקט ניתן לצמצם את איסוף המידע. בשני המקרים, ניתן להיעזר בשירותיו של מאמן שיעזור למנהל לרכוש מיומנויות לניהול זמן יעיל יותר.

בניגוד לשיטות הייעוץ הרגילות, שבהן היועץ מביא את הפתרונות ומייעץ למנהל מה עליו לעשות, תפקיד המאמן הוא לתת כלים ולהוביל את המנהל למציאת פתרונות בעצמו. כך מושגת מחויבות אמיתית של המנהל לתהליך השינוי. באמצעות הפנמת התהליך, מצופה כי דרך האימון תהפוך לדרך חיים והמאמן ימשיך לנהל את זמנו ביעילות גם ללא ליווי המאמן.

[מבוסס על מאמר שהתפרסם ב - MANAGING MY LIFE](#)