

QUẢN LÝ THỜI GIAN HIỆU QUẢ

Trên Nhịp Cuộc sống - Phần 12.1

Hiệu quả không phải là vấn đề mới mẻ đối với chúng ta, ít nhất là nó đã gắn bó với chúng ta hơn 10 năm học tập tại các trường phổ thông. Có người cho hiệu quả là niềm vui, niềm hạnh phúc, nhưng cũng có người lại coi đó là nỗi ám ảnh thường trực mỗi khi đến trường, cũng có người lại không cho nó tồn tại trong tâm trí của mình. Tôi nghĩ rằng đối đa số học sinh hiện nay bao gồm tôi và các bạn trẻ không đời nào, trong những tình huống nào đó, đã xem chuyện học như một gánh nặng. Tuy nhiên, trên con đường vươn tới thành công, chúng ta phải không ngừng học tập, không ngừng nỗ lực và kiên trì theo đuổi cùng đích để trở thành tài ưu tú cùng. Cần phải biết, thời gian sẽ dành vô vàn quà tặng cho những người cần cù, và chờ đợi mãi mãi mãi đến lúc bạn phải với hai bàn tay trắng cho những kẻ lười biếng.

Hơn với hầu hết tất cả các bạn đều có những pháp hiệu quả cho riêng mình phù hợp với điều kiện, hoàn cảnh cá nhân của bạn thân. Tuy nhiên, tôi muốn chia sẻ cho các bạn một khía cạnh khác trên con đường quyết định thành bại hiệu quả của mỗi người: Kiểm soát thời gian - làm chủ cuộc sống của mình. Thời gian mỗi ngày của một người là 24h, nhưng nếu bạn để các mối quan hệ lý thời gian hiệu quả, bạn có thể kéo dài thời gian và khi nào công việc của mình hiệu quả hơn gấp nhiều lần.

1. Thiết lập mục tiêu và những giai đoạn khác nhau

Bạn có thể lập ra một mục tiêu, ngắn nhất là một tuần, sau đó dần dần đưa ra những mục tiêu dài hơn hơn. Trước tiên, chia mục tiêu dài hơn thành các mục tiêu trung hạn, rồi lại chia các mục tiêu trung hạn thành các mục tiêu nhỏ hơn. Hành trình ngàn dặm cũng phải bắt đầu từ bước đầu tiên.

tiên. Dù khi mới bắt đầu, những người khác mà mình biết ra chỗ như hết mục đích, những hãy luôn tin rằng, mới nhìn thấy mà bạn biết ra đâu có giá trị. Những người khác, nếu có tiền và phía trước mà không có mục tiêu gì, sẽ chọn khác nào như đi trong bóng tối, không những không biết hướng đi mà còn phí công vô ích, thậm chí còn đánh mất chính mình. Cần hiểu rằng mục đích của họ là "Hết đi hiểu biết, để làm người, hết đi làm việc và chung sống". Nếu bạn không xác định được họ làm gì thì mãi mãi với bạn họ luôn là các hình. Bạn biết không thể bạn trúng vào một cái đích khi mà ta chưa xác định được cái đích đó là đâu.

2. Thay đổi tính chất của bạn và bạn trở nên có lợi hơn

Năm tháng trước giờ không chỉ đi ai cả. Phương pháp của bạn giúp thay đổi thói quen làm việc, chất lượng chính là phân chia công việc theo thời gian biểu, cũng giúp hoàn thành công việc theo kế hoạch. Đừng cho mình có hạn để ra những quy định như người khác trên hoàn cảnh. Dù bạn biết, bạn sẽ vượt qua được cái tâm lý "ngày mai rồi làm", biến mình trở thành một người có kế hoạch hơn. "Thời gian hành động hoàn hảo nhất" cho mọi người không phải là ngày mai, ngày mai hay thứ hai - ngày khi bạn đưa ra một tuần học tập đầy năng suất - mà là chính bây giờ.

3. Thời gian của một kế hoạch thời gian

Nhà triết học người Đức Arthur Schopenhauer từng nói: "Người ta tìm kiếm những cách làm sao để vượt thời gian, người ta có năng lực quan tâm tới việc làm sao sẽ vượt thời gian hiệu quả nhất".

Đầu tiên, bạn đừng suy nghĩ của bạn, liệt kê ra những nhiệm vụ cần làm, thu thập tài liệu để nghiên cứu, rồi lập ra một thời gian biểu phù hợp, trong khi năng lực của mình, để thúc đẩy mình hoàn thành từng chút một. Những người khác sau khi lập thời gian biểu, vì có vẻ rất vàng vàng mục đích có giúp cho xong nên bạn phải tác động, phạm là chuyển gì cũng phải từng bước từng bước một mà làm, dù sao thì La Mã cũng đâu chỉ xây xong trong một giờ.

4. Biết cách nghỉ ngơi thích hợp

Sống để đi, biết kế là con đường nào cũng là dài hơn, biết cách nghỉ ngơi cho thích hợp giúp bạn làm việc hiệu quả hơn, nhanh hơn và chính xác hơn. Dù việc học có bận rộn tới đâu thì việc

làm sao để mình có được lòng tin tập thể, làm sao để vui trẻ khỏe là điều quan trọng hơn hết. Thực hiện một vài hoạt động yêu thích của bạn vào lúc thích hợp, chăm sóc bản thân, đi chơi, tán gẫu cùng bạn bè, nghỉ ngơi thân. Hãy cho phép bản thân dành ra một chút thời gian để nghỉ ngơi trong lịch trình bận rộn, bởi lẽ nghỉ ngơi có thể giúp bạn tập trung hơn sau đó và thoải mái niềm đam mê cho cuộc sống. Thành công là quan trọng, nhưng học cách yêu thương bản thân mới là con đường lâu dài.

5. Niềm tin vào chính bản thân mình

Đối với tôi, niềm tin vào bản thân là một yếu tố quan trọng, bên cạnh sự nỗ lực và trải nghiệm.

Nếu bạn còn không thể tin bản thân, thì không ai trên đời có thể tin bạn cả.

Nếu bạn tin rằng mình có thể làm được những việc lớn lao hơn, nếu bạn cảm nhận được đây vốn chính là phẩm chất của bạn, thì chắc chắn sẽ là như vậy.

Đừng bao giờ nói những câu như :

"Tôi không thể."

"Tôi không dám."

"Tôi sợ lắm."

Dù có chuyện gì xảy ra, thì hãy nhớ rằng tin tưởng chính mình thực sự là một điều rất khó khăn. Niềm tin vào bản thân này là tuyệt vời, là sự chắc chắn nơi bạn đi đâu mà bạn muốn, là ánh sáng dẫn lối cho bạn.

Ngày nào bạn còn tin vào chính mình, ngày ấy bạn sẽ chinh phục mọi thử thách khi đi một mình với bão giông.

Tin tưởng vào bản thân và niềm lạc không ngừng, cuộc đời sẽ trở cho bạn một cái giá xứng đáng.

Có câu nói rằng, bạn không thể thay đổi điều dài cuộc đời, nhưng bạn có thể thay đổi điều rộng và độ lớn của nó. Đừng ngại khó khăn và thất bại. Không có con đường nào trải đầy hoa cho bạn mà bạn phải cố gắng bằng sự nỗ lực của bản thân mình. Thời gian của bạn có hạn nên đừng phí phạm bằng cách sống cuộc đời của người khác, đừng va vào bức tường sắt để đoán, đừng để ý kiến người khác xung quanh đánh chìm tiếng nói bên trong bạn. Hãy dũng cảm đi theo tiếng gọi của con tim và linh tính. Chúng biết bạn cần phải làm gì, đừng bao giờ bỏ cuộc. Thành công không phải là chỗ là một đích đến mà nó là một hành trình liên tục không bao giờ kết thúc. Khi bạn ngã, phải đứng dậy trước tiên mà bạn cần có là cố gắng đứng dậy. Bạn không thể nằm mãi nơi mình ngã. Cuộc sống không chờ đợi bạn.

Khi một chân còn chôn ở dưới đất, chân còn chôn ở dưới đất, bạn đừng trông chờ vào sự cứu vãn vùng. Bạn cần làm được nhiều hơn nữa, bạn phải nỗ lực làm được nhiều hơn nữa.

