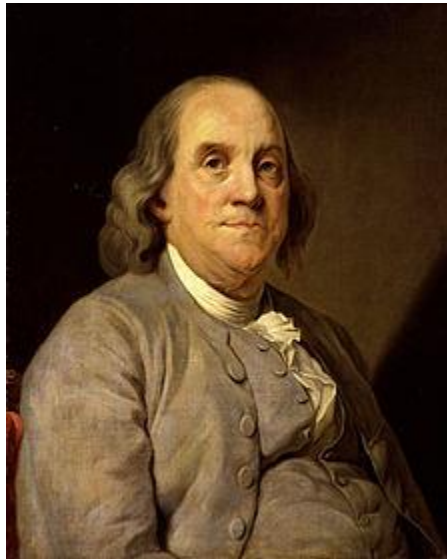


### § 3. Сфери життя людини. Життєве кредо. Планування життя

Багато хто планує своє життя, хоча це не гарантує, що план обов'язково буде здійсненим. Але у цьому разі є гарантія, що у житті не будуть переважати випадкові події і воно не буде відбуватися за планами інших людей.

Планування життя — це побудова конкретного плану свого життя на рік або багато років.

Бенджамін Франклін, який вважав, що планування життя є необхідністю, писав: «Любиш ти життя? Тоді не втрачай часу, бо час — це тканина, з якої зіткане життя».



Довідка: Бенджамін Франклін (17.01.1706–17.04.1790) — відомий учений, досвідчений дипломат і геніальний політичний діяч, талановитий журналіст, його портрет зображений на стодоларовій купюрі США.

Бенджамін Франклін розробив систему управління часом, яка допомогла йому стати одним з найосвіченіших і найвідоміших людей своєї епохи. Він зміг освоїти кілька професій, вивчив французьку, іспанську, італійську мови, латинь, протягом десятиліть видавав «Пенсильванську газету» і літературний журнал «Альманах бідного Ричарда», відкрив першу в США публічну бібліотеку, створив Американське філософське товариство, заснував Пенсільванський університет, винайшов і виготовив громовідвід, електричний запал, біфокальні окуляри тощо. Франклін був видатним політиком, одним з авторів Декларації незалежності США. Як він встиг зробити так багато? Де брав на всі ці справи час? Дізнаємося про це.

## Система управління часом від Бенджаміна Франкліна

«Якщо час — найдорожча річ, то розтрата часу є найбільшим марнотратством»,— писав Франклін. Він був упевнений: все, що робить людина, кожна її дія має бути погодженою з її життєвими цінностями і спрямовано на здійснення глобальної життєвої мети. Для досягнення цієї мети треба головне завдання поділити на невеликі підцілі, а їх, у свою чергу, поділити на кілька дрібних завдань. Система Франкліна побудована за зразком піраміди, у нижній частині якої розташовуються життєві принципи та глобальні цілі, а в середній і верхній — довгострокові й короткострокові плани по досягненню цих цілей.



Піраміда Б. Франкліна

Перш за все, вважає Франклін, слід визначитися з *життєвими принципами*: позначити свої цінності, розібратися із тим, що вас є важливим, а що — не дуже. У кожного свої пріоритети. Хтось вважає, що на першому місті має бути творчість і можливість займатися наукою, або живописом, або музикою; інші вважають, що головне — мати гроші, владу, популярність або, навпроти, затишне життя. Важливо визначити саме свої цінності, зрозуміти, на яких засадах будується ваше життя. На основі цих цінностей сформулюється *глобальна мета*. Для її здійснення

треба скласти *генеральний план*. У системі Франкліна під «генеральним планом» мається на увазі загальний план з досягнення глобальної мети. Особливістю даного плану можна назвати відсутність тимчасової складової: у генеральному плані прописуються виключно дії, а ось час їх виконання не вказується.

Після цього саме час приступити до складання *довгострокового плану*, у якому зазначаються конкретні дати реалізації тих чи інших дій. Дуже важливо зазначати не абстрактну дату (наприклад, «у цьому році»), а чітко прописувати терміни (наприклад, «від вересня до листопаду» відповідного року).

Довгостроковий план підрозділяється на *короткострокові плани* і *плани на день*.

За Франкліним, життя йде таким чином:

- план на день;
- короткостроковий план;
- довгостроковий (на роки) план;
- генеральний план досягнення мети;
- глобальна мета (гідна мета творчої людини);
- головні життєві цінності (чого ви хочете від життя).

Піраміда Франкліна — це більше ніж управління часом. Це комплексна система постановки й досягнення цілей, яка розрахована на все життя. Відмінність піраміди Франкліна від інших методів полягає в тому, що вона планує не тільки час, але й зайнятість, шляхи досягнення глобальної мети. Ця техніка «спрямована в майбутнє» — на виявлення того, що повинно бути зроблено, а не на перегляд поточної діяльності з метою більш ефективної її організації.