

# استثمار الوقت

تقنيات ونصائح لاستثمار الوقت



عادل الشرار

## مقدمة

الوقت هو نفسه ثابت ولن يتغير لكن الفرق في كيفية استثمارنا لهذا الوقت ومدى شعورنا بالمسؤولية في هذه الحياة، في هذا الكتيب الصغير لن أشرح لك تعاريف وعبارات ربما تضيع وقتك في قرأتها لكنني سأعطيك المفاتيح لدخول عالم استثمار الوقت من خلال معرفة بعض التقنيات والقوانين العالمية في استثمار الوقت وإذا كنت مهتم فعلاً فستبحث أكثر وتستثمر وقتك في معرفة التفاصيل.

قال "تشارلز داروين" في إحدى المرات:  
"إنَّ الإنسان الذي يجرؤ على إضاعة ساعةٍ  
من وقته لم يكتشف قيمة الحياة بعد".  
فبعض الناس، ولا سيّما رواد الأعمال،  
يفهمون معنى هذا الكلام، فيُركّزون  
الاهتمام على الحصول على أقصى استفادة  
من كل دقيقة ويسعون إلى ذلك.

## مصفوفة إيزنهاور

تُعتبر مصفوفة إيزنهاور تقنيةً وأسلوباً مناسباً جداً لمساعدة الأشخاص الذين يكون لديهم العديد من المهام للقيام بها لكنهم لا يعرفون كيف يُحدّدون أولوياتهم، حيث يُمكن تطبيق المصفوفة بإحضار ورقة فارغة وتقسيمها إلى ٤ أرباع متساوية، يكون عنوانا العمودين: عاجل وغير عاجل، و عنوانا السطرين الأفقيين: مهم وغير مهم، ثمّ يتمّ فرز المهام حسب الأرباع الأربعة، وبعد تفريغ المهام في الأرباع يُدرك الشخص أنّ الأولوية ستكون للمهام المرتبة أولاً ضمن العاجل والمهم، ثمّ للمهام ضمن العاجل وغير المهم، ثمّ غير عاجل وغير مهم، وأخيراً غير عاجل وغير مهم.

## توضیح مصفوفة إيزنهاور

غير عاجل	عاجل	مصفوفة إيزنهاور
حدد موعد لفعلها	أفعلها مباشرة	مهم
أستبعدها	كلف شخصاً لفعلها	غير مهم

## تقنية بومودورو

تعتمد تقنية بومودورو على استخدام مؤقت لتقسيم وقت العمل إلى فترة زمنية متوسطة، تبلغ مدة الواحدة منها ٢٥ دقيقة، ويفصل بين كل فترة وأخرى فترات راحة أطول.

ويُطلق على الفترة الواحدة اسم بوموداري، المشتقة من كلمة إيطالية تعني طماطم.

وتستند هذه الطريقة على أن فكرة التوقف المتكرر من أجل الحصول على قسط من الراحة، من الممكن أن يساعد بشكل كبير في زيادة التركيز الذهني، ويؤدي إلى سرعة إنجاز المهام، سواء كانت في العمل أو الدراسة أو أي أنشطة متشابهة.

## توضيح تقنية بومودورو



٣٠	٢٥	٥	٢٥	٥	٢٥	٥	٢٥
وقت الراحة	ساعتان و ٢٥ دقيقة	ساعة و ٣٠ دقيقة	ساعة	ساعة	ساعة	ساعة	٣٠ دقيقة

## الهدف من تقنية بومودورو

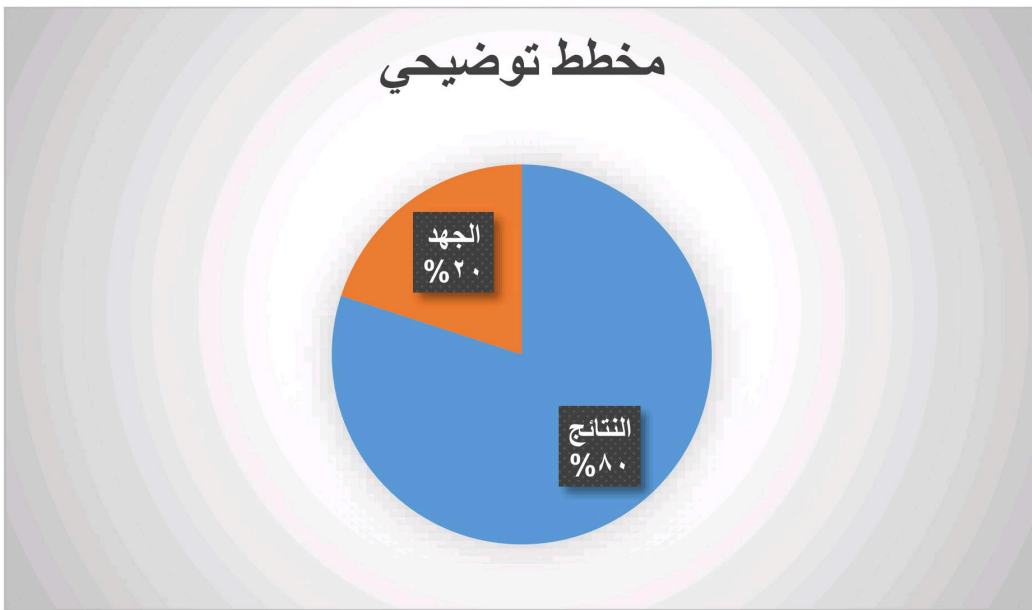


تصميم: أ.نوره الذويخ @n\_thw



## مبدأ باريتو

يرجع أصل هذا المفهوم الذي يُعرَف أيضاً باسم "مبدأ باريتو" إلى عالم الاقتصاد الإيطالي "الفيردو باريتو" (Vilfredo Pareto) حيث تقوم فكرته المرتبطة بإدارة الوقت على أنّ ٨٠% من النتائج التي تحققها تنتج عن ٢٠% فقط من تصرفاتك. فلنفترض أنّ لديك على سبيل المثال قائمة فيها ١٠ مهام تحتاج إلى تنفيذ فإذا أردت تطبيق قاعدة ٢٠/٨٠ فستقوم بالتعامل مع المهمتين اللتين ستعودان عليك بأفضل الفوائد.



## قانون باركنسون

“إن العمل يتمدد لكي يملأ الوقت المتاح لإنجازه”،  
جملة كتبها سايرل نورثكوت باركنسون في بداية مقالة  
نشرت في صحيفة الإيكونوميست عام ١٩٥٥، عُرِفَت  
فيما بعد باسم “قانون باركنسون”، وأصبحت من أشهر  
النظريات التي تناولت تنظيم الوقت، ومضمون هذا  
القانون أنه كلما كان الوقت المتاح لتنفيذ مهمة كبيراً،  
يلجأ الفرد للتسويف والتأجيل، وإذا كان الوقت المتاح  
ضيق يعمل الفرد بشكل أسرع وبتركيز أكبر لإنجاز  
المهمة في الوقت المحدد، فما يُنجز في ١٠ ساعات  
يمكن أن يُنجز في ٥ أو ٤ ساعات.



## اقتباسات لاستثمار الوقت

- «الوقت هو الشيء الوحيد الذي نشترك فيه جميعًا، ولكنه أيضًا الشيء الوحيد الذي نستخدمه جميعًا بشكل مختلف» كاثرين بولسيفر.
- «أقوى سلاحين هما الصبر والوقت» ليو تولستوي، الحرب والسلام.
- «الوقت هو المال» بنجامين فرانكلين
- «الوقت هو أثمن ما يمكن أن ينفقه الإنسان» ثيوفراستوس.
- «العبرة في استثمار الوقت وليس مجرد إنفاقه» ستيفن آر كوفي.
- «الوقت مجاني، لكنه لا يُقدر بثمن. لا يمكنك امتلاكه، ولكن يمكنك استخدامه» هارفي ماكي
- «الوقت هو السارق الذي لا يطارده القانون» نابليون الأول