



ILLAFTrain[®]
The HR Development Leader

مصفوفة إدارة الوقت

مصفوفة الوقت

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة (الجودة/الفعالية)	أمور مهمة مستعجلة (الطوارئ/الانتاج)	مهم
أمور غير مهمة غير مستعجلة (الهروب)	أمور مستعجلة غير مهمة (الخداع)	غير مهم

نشاطات المربع الأول

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة	<p>أزمات أو كوارث مشاكل ضاغطة مشاريع وأعمال يجب تسليمها</p>	مهم
أمور غير مهمة غير مستعجلة	أمور مستعجلة غير مهمة	غير مهم

نشاطات المربع الأول

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة	<p>ضغوطات متواصلة</p> <p>حرق الأعصاب</p> <p>إدارة أزمات</p> <p>محاولة دائما لإطفاء الحرائق</p>	مهم
أمور غير مهمة غير مستعجلة	أمور مستعجلة غير مهمة	غير مهم

نشاطات المربع الثالث

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة	أمور مهمة مستعجلة	مهم
أمور غير مهمة غير مستعجلة	مقاطعات مكالمات هاتفية بريد أو تقارير يجب مراجعتها بعض الأمور الضاغطة نشاطات عامة	غير مهم

نشاطات المربع الثالث

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة	أمور مهمة مستعجلة	مهم
أمور غير مهمة غير مستعجلة	<div style="border: 2px dashed black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>إدارة أزمات عدم تركيز اهتمام بالسمعة وآراء الآخرين تسخيف الأهداف والتخطيط شعور بالذنب وعدم الرضى علاقات هشة أو مقطوعة</p> </div>	غير مهم

نشاطات المربع الرابع

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة	أمور مهمة مستعجلة	مهم
<p>لعب ورق</p> <p>تسكع أو تضييع وقت</p> <p>حديث عن مشاكل الآخرين</p> <p>حديث حول الأمور التي تقع خارج دائرة الاهتمام</p>	أمور مستعجلة غير مهمة	غير مهم

نشاطات المربع الرابع

غير مستعجل	مستعجل	
أمور مهمة غير مستعجلة	أمور مهمة مستعجلة	مهم
<p style="text-align: center;">عدم الشعور بالمسؤولية البطالة أو فقدان العمل إن كان موجودا الاعتماد على الآخرين في الأمور الأساسية إحساس عام بالفشل الكحول، أو المخدرات</p>		غير مهم

نشاطات المربع الثاني

غير مستعجل	مستعجل	
<p>التخطيط دعم القدرة على الإنتاج منع حدوث الكوارث بناء العلاقات البحث عن فرص وآفاق جديدة</p>	أمور مهمة مستعجلة	مهم
أمور غير مهمة غير مستعجلة	أمور مستعجلة غير مهمة	غير مهم

نشاطات المربع الثاني

غير مستعجل	مستعجل	
<p>رؤيا واضحة</p> <p>توازن</p> <p>نظام</p> <p>سيطرة</p> <p>أزمات أقل</p>		<p>أمور مهمة مستعجلة</p> <p>مهم</p>
		<p>غير مهم</p>
	<p>أمور غير مهمة غير مستعجلة</p>	<p>أمور مستعجلة غير مهمة</p>

تمرين: مصفوفة الوقت

غير مستعجل	مستعجل	
<p>التخطيط</p> <p>دعم القدرة على الإنتاج منع حدوث الكوارث بناء العلاقات البحث عن فرص وآفاق جديدة</p>	<p>أزمات أو كوارث مشاكل ضاغطة مشاريع وأعمال يجب تسليمها</p>	<p>مهم</p>
<p>لعب ورق تسكع أو تضييع وقت حديث عن مشاكل الآخرين حديث حول الأمور التي تقع خارج دائرة الاهتمام</p>	<p>مقاطعات مكالمات هاتفية بريد أو تقارير يجب مراجعتها بعض الأمور الضاغطة نشاطات عامة</p>	<p>غير مهم</p>

إيجاد وقت لنشاطات المربع الثاني

- تعلم أن تقييم النشاطات وتنسبها إلى المربع المناسب.
- تعلم أن تقول "لا" عندما يجب أن تقولها، وحافظ على ابتسامتك.
- قد يبدو الهدف صعبا وبعيدا، ولكنه سيحدث تأثيرا رائعا على حياتك.