

## 12 советов от успешных блогеров: Как оставаться продуктивным

Успешные блогеры и предприниматели с полной занятостью должны совмещать широкий круг обязанностей. Каковы же секреты их суперпродуктивности?

Итак, пять успешных предпринимателей, которые делают все: от дизайна ювелирных изделий до написания книг и коучинга других предпринимателей, делятся тем, как они совершают удивительные вещи каждый день.

### Стратегии повышения эффективности:

#### 1. Они не оставляют себе выбора.

По словам Алисы Боуман (Alisa Bowman), создателя проекта “Happily Ever After”, автора мемуаров о спасении ее брака и одноименного веб-сайта: «Я не оставляю себе выбора, кроме, как работать.» Алиса является главным кормильцем в своей семье и проводит свое рабочее время за написанием книг, статей для журналов, своего блога и газетной колонки, а также давая интервью. «Если я не пишу, наша ипотека не оплачивается.»

Еще один главный кормилец в семье, бизнес-тренер и блогер Тара Джентил (Tara Gentile) считает, что «у нас больше шансов придумать что-то новое, когда у нас просто нет выбора.»

#### 2. Они делают перерывы.

«Отдых - важная часть продуктивности», - считает Салли Макгроу (Sally McGraw), автор блога по ежедневному стилю “Already Pretty”. “Если ты будешь продолжать без остановки, пока не выгоришь, то не сможешь продвигаться к своим целям.”

Боуман делает перерыв каждый раз, когда заканчивает выполнение задачи. Он может быть коротким, как поход в ванную или чашка чая, или длинным, как, например, прогулка с собакой или сон. Перерывы помогают Боуман «мысленно отправить задачу, которую я только что выполнила, в кровать и подготовить мой мозг к следующему пункту в моем списке.»

#### 3. Они используют организационные инструменты.

Жанетт Твинг (Jeanette Thwing), автор блога “J'S Everyday Fashion”, использует календарь и карандаши для управления своими проектами в свободное время и в отпуске, «чтобы держать себя в форме».

Джентил, которая также является автором цифрового руководства «Искусство заработка: зарабатывать надо красиво» (The Art of Earning: Because Making Money Should Be Beautiful), использует свой календарь для постановки целей и задач “в процессе”.

С другой стороны, устанавливая крайние сроки, Джентил намеренно оставляет себе меньше времени. «Я всегда устанавливаю крайние сроки, что кажется немного странным, чтобы удержаться от подготовительной работы, которую так хочется выполнить.»

#### 4. Они объединяют похожие задачи



Твинг, внештатный писатель и стилист, посвящает один день совещаниям, а в другой день фотографирует для своего блога.

Макгроу (McGraw) также фокусируется на постановке аналогичных задач: сообщения в блоге, деловая переписка, а затем электронная почта. «Выполняя одну задачу в течение некоторого времени, я чувствую себя более сосредоточенной.»

### **5. Они делегируют.**

Джесс Констейбл, дизайнер и основатель Jess LC, а также автор блога “Makeunder My Life” (MML), имеет высокую производительность благодаря дополнительной помощи. «У меня есть помощник, который выполняет заказы на ювелирные изделия Jess LC, а также два стажера, которые сменяют друг друга, работая менеджерами для Jess LC.»

Джентил тоже делегирует все, что может. У нее есть «виртуальный бизнес-менеджер, который занимается планированием, перепиской и административными задачами, так что я могу сосредоточиться на том, что я могу делать хорошо». По факту, считает Джентил, «большая часть моего стресса и почти все недочеты в моем деле из-за того, что я делаю то, что не умею, даже если это кажется вполне понятным».

### **6. Они работают в сверхурочные.**

Макграу все время спрашивают, как она это делает. И ее ответ прост: «Я просто никогда не прекращаю работать.» В 7:30 утра она приходит на дневную работу. В перерывах она пишет комментарии к блогам, ведет переписку и решает другие бизнес-задачи. Уходит из офиса в половине пятого и делает перерыв на ужин. После шести вечера она обычно работает над своим блогом от двух до пяти часов. (Хотя она и старается, чтобы выходные дни были относительно свободными, все равно тратит по крайней мере три часа.)

Многим это может показаться изнурительным. Но это зависит от вашего стиля. Макграу считает себя «инерционным работником». Если у нее слишком мало дел, она не делает ничего вообще. «Но когда у меня много задач, я энергична, продуктивна и счастлива...Мне нравится чувствовать себя занятой, планировать свои последующие шаги, зная, что я работаю над важной конечной целью.»

### **7. Они уделяют время тому, что важно**

Некоторые из этих предпринимателей также справляются с материнством. Например, в течение рабочего дня Джентил обязательно присматривает за своей малышкой Лолой. (По мере того как ее дочь становится старше, ей все труднее возвращаться к работе, так как Лола скучает по ней.) Около 16:30 Джентил заканчивает работу и готовит ужин. Остаток вечера она проводит с Лолой, пока та не ложится спать.

### **8. Сначала они выполняют самые интересные задачи.**

«Я разрешаю себе выполнять мой список дел в том порядке, который меня больше всего вдохновляет», - говорит Боуман. Так как все равно не выполнить весь список до конца, работая над задачами, которые вдохновляют, снижается риск отложить дела на потом.



### **9. Они выстраивают границы.**

Боуман, у которой есть определитель номера, не отвечает на звонки в рабочее время, если только это не связано с работой. «Серьезно! Я переключила звонки матери на голосовую почту.»

То же самое она делает с электронной почтой. Она отвечает на важные письма, но каждый день оставляет около 30 писем непрочитанными. Это означает, что в течение рабочего дня Боуман очень мало тратит времени впустую.

### **10. Они ограничивают время на социальные сети.**

Социальные сети могут стать черной дырой для продуктивности. Если позволить, то в Twitter или на Facebook минуты могут превратиться в часы. Когда задавать вопросы – это ваша работа, а общаться с читателями – это ваша страсть, то остановиться очень трудно.

Выход – это использовать соцсети осознанно и выходить из системы, когда работаете над чем-то еще. Боуман, например, не остается в соцсетях по несколько часов. Она проверяет их и тут же закрывает.

Твинг заставляет себя «закончить одно дело (или три), прежде чем проверять эти веб-сайты, потому что переключится туда-обратно может занять много времени.»

### **11. Они продумывают заранее**

У всех бывают моменты, когда сроки поджимают. Когда Бауман нужно поработать по вечерам или на выходных, она заранее договаривается с мужем, чтобы он побыл с ребенком. А в свободное время уже весело проводит время с семьей.

### **12. Они знают свои пределы.**

По словам Джентил, «Я очень хорошо знаю, когда я нахожусь на пике своей продуктивности. В этот период я планирую и принимаю решения. Но, когда у меня период отдыха, я стараюсь не нагружать себя.»

По ее словам, она работает в режиме «6-недельного всплеска безумия.» После такого всплеска она делает перерыв на несколько дней или на несколько недель. (Она не работает по выходным и в пятницу после обеда.)

Что ж, в любом случае, продуктивность – это личное дело каждого. Возьмите на вооружение советы, которые лучше всего подходят именно вам, и отбросьте все остальное.

Сайт: [www.псиблог.рф](http://www.псиблог.рф)

Оригинальная статья: Margarita Tartakovsky - 12 Ways Successful Bloggers, Entrepreneurs Stay Productive, October 2018

Перевод: Остренко Анна Александровна

Редакторы: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна

Источник изображения: [unsplash.com](http://unsplash.com)

Ключевые слова: продуктивность, блоггерство, семейная психология, саморазвитие, самосовершенствование, психология труда





**Воронежский Институт Практической Психологии и Психологии Бизнеса**

[www.vipsy.ru](http://www.vipsy.ru)

Дополнительное профессиональное образование в сфере практической психологии, исследования, тренинги, семинары, мастер-классы, ассесмент, , исследование на полиграфе, реабилитационные группы.