

# Bir bakışta Tekli-Görev

Yapılacak işleri kısararak, ertelemeden üretkenliğe geçiş

Aşağıdakilerden hangilerinin zamanınızı çaldığını düşünüyorsunuz?

- Görev değiştirme □ Çok fazla paydaş □ Acil görevler □ Ara vermeden üç saatlik toplantılar □ Sabah isteksizliği
- Gürültülü iş arkadaşları □ Eksik işler □ Gündelik idari işler □ Mükemmeliyetçilik □ Uzun vadeli planlama □ Bilgiye erişim zor
- Yüksek sorumluluk ve düşük otorite □ Hazırlıksız görevler □ Gecikmeli kararlar □ Yönetime karşı çıkmaktan korkmak
- Mahremiyet eksikliği □ Egzersiz olanaklarının eksikliği □ Suçlama oyunları □ Bir krizden diğerine geçiş
- Üst üste gelen teslim tarihleri

Kick start

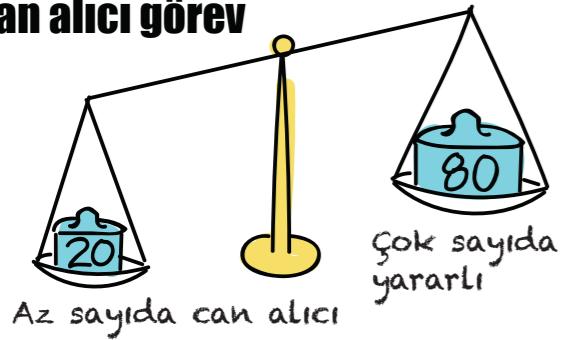
## Neden Tekli-Görev?

İnsan beyni her seferinde sadece bir şeye odaklanabilir

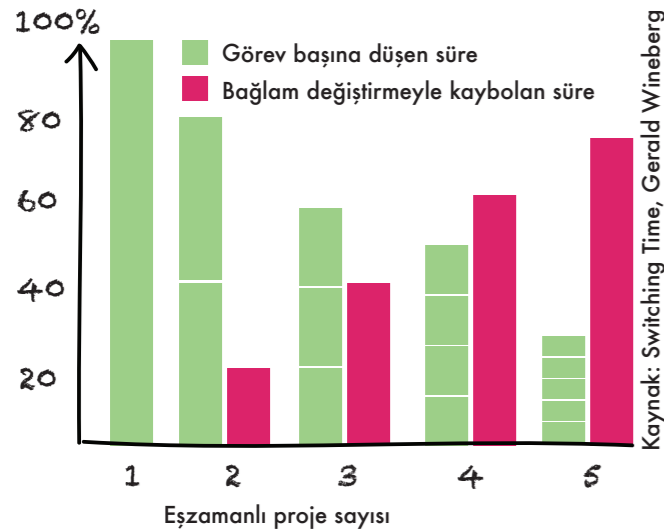


Her ikisini de yapabilmek için, beyin görev değiştirme yapmalıdır. Her iki şeyi aynı anda yapamayız.

Çok sayıda yararlı, ama az sayıda can alıcı görev



Birden fazla proje ve görev değiştirme süresi için harcanan zaman



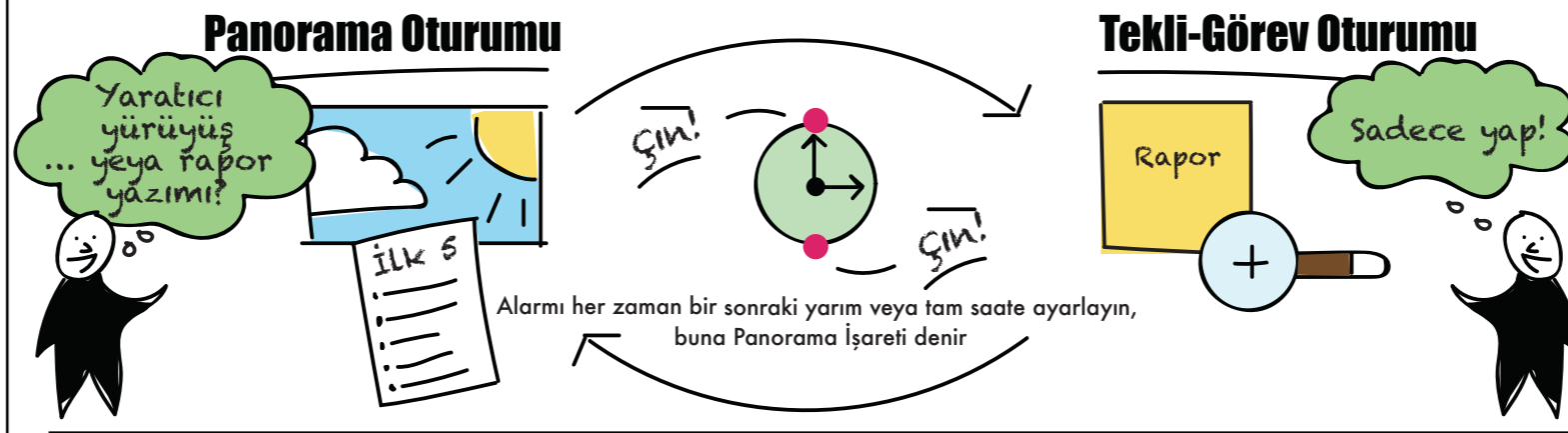
Kaynak: Switching Time, Gerald Wineberg



Poster: mia.kolmodin@dandypeople.com  
Çeviri: ender.yuksel@gmail.com  
Free download: blog.dandypeople.com

DANDY PEOPLE

## Çalışma Yolları



Alarmı her zaman bir sonraki yarım veya tam saate ayarlayın, buna Panorama İşareti denir

Dikkat sorunlarını ele almaya yardımcı olur

### Sıradan Ziyaretçi



Hemen cevap vererseniz konsantrasyonunuz bozulacaktır. Ziyaretçiden daha sonra gelmesini istemek daha iyi bir çözüm olabilir.



Danwood Grubu tarafından yapılan bir çalışma, bir e-postaya baktıktan sonra aynı çalışma hızına ulaşmanın ortalama bir dakikadan fazla sürdüğünü saptamıştır. Ve e-postaların çoğu ortalama altı saniye içinde görüntülenmiştir.

### Bildirim Orucu



Cihazlarındaki bildirimleri kapatmak, önceliklendirdiğiniz odaklanmanızı sağlar

Seni kapatıyorum

### Değerli geri bildirim alın



### Eyleme öncelik verin



Planlama

Zamanınızı nasıl harcamayı seçtiğiniz, önceliklerinizi tanımlar

Aksiyon

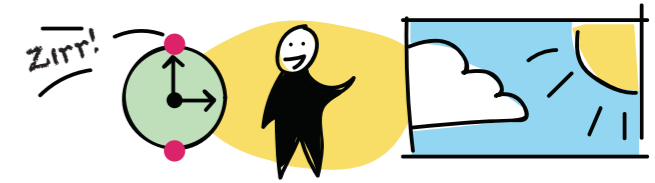
## Kavramlar

Sürüm 1.4

### Kısa Listem

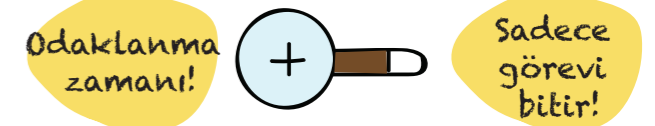


### Panorama Oturumum



Şimdi yapabileceğim değerli şeyler nelerdir? Kısa Listeye bir göz atın ve bir görev seçin.

### Tekli-Görev Oturumum



Yapılması gerekip gerekmediğini asla sorgulama, sadece yap

### Çim Biçme Listem

Kısa Listeye girmeyen sınırsız ve sıralanmamış fikir listesi



Tekli-Görev, Staffan Nöberg'in yöntemi. Tekli-Görev yöntemi ve kitabı hakkında en son haberler için: <http://monotasking.blog>