



**КРАСНЫЙ
ДИПЛОМ**

Рон Фрай

4-е издание

КАК СТАТЬ ОРГАНИЗОВАННЫМ?

Личная эффективность
для студентов



Москва
2018

УДК 330
ББК 65
Ф82

Get Organized, 4th Edition
Ron Fry

© 2012 Ron Fry. Original English language edition published by
The Career Press, 12 Parish Drive, Wayne, NJ, 07470 USA.
All rights reserved

Фрай, Рон.

Ф82 Как стать организованным? Личная эффективность для студентов / Фрай Р. — Москва : Эксмо, 2018. — 176 с. — (Красный диплом).

ISBN 978-5-699-91759-4

Перед вами компактное руководство, которое поможет научиться оптимально расходовать силы и сформировать собственную методику повышения эффективности и продуктивности обучения. Для успеха крайне необходима простая и понятная система организации. Эта книга поможет создать идеальную атмосферу для учебы, используя базовые принципы тайм-менеджмента. Автор выходит за рамки шаблонов: списки, планеры, to-do листы и многие другие полезные инструменты, которые оптимизируют личное и учебное время. Измените свое отношение к порядку, а Рон Фрай вам в этом поможет!

УДК 330
ББК 65

ISBN 978-5-699-91759-4

© Дизайн обложки О. Боголей, 2017
© Перевод Шашкова К., 2017
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

Оглавление

Предисловие. Начнем с начала	7
Глава 1. Необходимость организации	24
Глава 2. Как организовать свою жизнь	43
Глава 3. Как организовать свою учебу	56
Глава 4. Как составить расписание.....	75
Глава 5. Как справляться с жизненными неурядицами.....	104
Глава 6. Как организовать себя для занятия	116
Глава 7. Как улучшить свои навыки чтения и письма	136
Алфавитный указатель	157
Об авторе.....	169

ПРЕДИСЛОВИЕ

Начнем с начала

Моя программа «Как учиться» существует уже на протяжении двадцати лет, и этот год стал важной вехой в ее развитии: он отмечен переизданием ключевых книг программы. Седьмой раз переиздается книга «Как учиться». Шестой раз — «Как улучшить память», «Как улучшить навыки чтения», «Как улучшить навыки письма» и «Как сдать любой экзамен на пять». И наконец, в четвертый раз выходит книга, которую вы сейчас держите в руках: «Как стать организованным». Я действительно горжусь и даже несколько поражен тем фактом, что эти книги находят своего читателя уже на протяжении трех десятилетий. Ведь несмотря на то, что любой писатель мечтает, чтобы о его книгах всегда помнили, большинство из них забывается намного быстрее, чем нам бы того хотелось.

ПОЧЕМУ ВЫ ДЕРЖИТЕ В РУКАХ ЭТУ КНИГУ

Большинство из вас учится. Причем не все из вас являются учащимися старших классов, как я всегда предполагал. Среди вас есть и студенты университетов, и ученики средней школы, что было мне особенно приятно (это говорит о том, что вы амбициозны,

а значит, велика вероятность вашего успеха в будущем).

Среди моих читателей есть и взрослые. Некоторые из вас продолжают получать образование. А кто-то уже давно окончил университет, но решил, что если сейчас приобретет навыки обучения, которым его не научили когда-то учителя (или для приобретения которых ему никогда не хватало времени), то он сможет преуспеть в построении карьеры — особенно если будет знать, как в срок сдавать проект или правильно формулировать ключевые моменты презентации.

Многие из вас — родители, которых мучает один и тот же вопрос: «Как повысить успеваемость Джонни в школе? Если в жизни у него такой же беспорядок, как и в его комнате, то мне страшно за него и за нас!»

ЕСЛИ ВЫ УЧЕНИК СТАРШИХ КЛАССОВ

Вам, скорее всего, понравится язык и формат книги: предложения относительно недлинные, абзацы небольшие, заголовки и подзаголовки подчас носят шуточный характер (надеюсь, что это действительно так), подбор слов рационален, без излишеств. Я думал, прежде всего, о вас, когда писал эту книгу!

ЕСЛИ ВЫ УЧЕНИК СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ

Для будущего успеха именно сейчас вам необходимо научиться организовывать учебу и жизнь. Сейчас именно то время, когда вы пытаетесь понять, как именно следует учиться. Без сомнения, именно во время

учебы в шестом, седьмом или восьмом классе — прежде чем совершить иногда довольно резкий скачок в старшие классы — необходимо заняться приобретением этих важных навыков. Если вы серьезно относитесь к учебе и решили взяться за эту книгу, то вряд ли у вас возникнут проблемы с пониманием ее концепций или языка.

ЕСЛИ ВЫ «ТИПИЧНЫЙ» СТУДЕНТ УНИВЕРСИТЕТА

Если вам удалось поступить в высшее учебное заведение, то желание научиться организовывать свою жизнь и учебу — это не просто неплохая идея, это единственное, что поможет вам выжить в новой среде. Поверьте мне! Вы даже не представляли себе, насколько деятельной может быть ваша жизнь до того, как впервые переступили порог университета и получили расписание занятий... расписание волонтерских работ... расписание спортивных занятий... и рабочее расписание.

ЕСЛИ ВЫ РОДИТЕЛЬ УЧАЩЕГОСЯ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА

Возможно, в школе уделяется либо мало, либо совсем не уделяется времени на то, чтобы привить вашему ребенку навыки обучения. Это значит, что его не учат, как приобретать и закреплять знания, как *учиться*. А это, в свою очередь, означает, что его не учат *преуспевать* в жизни.

Должны ли школы учить этому наших детей? Однозначно да. В конце концов, в США тратится свыше трехсот миллиардов долларов на начальное и сред-

нее образование. За эти деньги мы должны получать на выходе более качественный результат, а не просто диплом, парочку футбольных кричалок и плачевный уровень знаний молодых специалистов.

ЧТО МОГУТ ПРЕДПРИНЯТЬ РОДИТЕЛИ?

Возможно, среди моих преданных читателей даже больше родителей, чем учащихся, ведь первый звонок в студию, когда я выступаю по радио или телевизору, всегда принадлежит всерьез обеспокоенному родителю, который спрашивает: «Что я могу сделать, чтобы мой ребенок лучше учился в школе?» Поэтому перед вами правила для родителей учащихся любого возраста:

- 1. Создайте рабочее место для выполнения домашней работы.** Пусть там ничто не отвлекает ребенка, оно будет хорошо освещено, а все необходимые предметы будут под рукой.
- 2. Установите порядок выполнения домашних заданий.** Решите, где и когда ребенок будет их выполнять. Исследования показали, что учащиеся, которые следовали определенному порядку в выполнении домашних заданий, были более организованными и, как результат, более успешными.
- 3. Расставьте приоритеты.** Установите правило, по которому домашняя работа должна выполняться в первую очередь: до свидания, просмотра телевизионных передач, игр во дворе и т. д.
- 4. Сделайте чтение своей привычкой** — привычкой ваших детей, конечно же, но и своей тоже. Дети

неизбежно будут *делать* то, что *делаете* вы, а не то, что вы им *говорите* делать (даже если вы им говорите *не* делать того, что вы делаете).

5. **Выключите телевизор.** Или по крайней мере, строго определите, когда и сколько по времени допустимо его смотреть. Возможно, осуществить этот шаг будет сложнее всего. Я знаю. Ведь я тоже когда-то был родителем подростка.
6. **Разговаривайте с преподавателями.** Узнайте, что именно изучают ваши дети в школах. Если вы не знаете, какие книги им нужно читать, каких ответов от них ждут на уроке и как много домашней работы им следует выполнять, то вы просто не в состоянии по-настоящему помочь им.
7. **Воодушевляйте и мотивируйте** детей на выполнение домашней работы, но не заставляйте их делать ее. Это не работает. Чем больше вы будете настаивать, тем скорее они начнут вас игнорировать.
8. **Контролируйте выполнение домашней работы**, но не начинайте делать ее за них. Например, прочитать вместе с ребенком выполненное задание на предмет ошибок будет правильным решением. Однако, если вы будете просто исправлять ошибки ребенка, у него не будет возможности учиться на них, и вы не поможете ему, а лишь поспособствуете возникновению у него ощущения, что он не несет ответственности за свою собственную работу.
9. **Хвалите их за успехи**, однако не перехваливайте за посредственную работу. Дети всегда чувствуют

неискренность, и опять же они быстро начнут вас игнорировать.

10. **Расскажите им о требованиях реального мира.** (Это для учащихся более старшего возраста.) Я согласен, что это почти так же сложно, как и выключить телевизор. Однако осознание того, что реальному миру важны не их оценки, а знания и умения, поможет предотвратить в будущем море горьких слез (возможно, ваших). Никогда не рано (осторожно) намекнуть вашему гениальному мальчику или девочке, что жизнь — несправедлива.
11. **Если у вас есть возможность, купите детям компьютер** и установите программы, которые могут быть полезны вашему ребенку. Нет никакой возможности избежать этого. Ваши дети вне зависимости от их возраста должны хорошо разбираться в компьютере, чтобы «выжить» в школе и после нее.
12. **И выключите уже телевизор!**
13. **Подключитесь к Интернету.** Интернет — величайшее изобретение нашего времени и незаменимый инструмент для учащихся любого возраста. Студент университета не сможет хорошо учиться, если у него не будет возможности выходить в Интернет. Почти то же самое будет верно и для учащихся старших классов. Им необходим доступ к Интернету.
14. **Но отключите мгновенный обмен сообщениями во время выполнения домашней работы.** Дети будут пытаться убедить вас в том, что они

могут одновременно писать сочинение, делать геометрию и переписываться с друзьями в Интернете. Родителей, которые этому верят, можно легко убедить в том, что можно без проблем делать домашнее задание перед экраном телевизора.

ПОЧЕМУ ВАЖНА ВОВЛЕЧЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ

Результаты любого исследования за последние двадцать лет на тему того, что влияет на успех ребенка в школе, каждый раз определенно демонстрируют преобладающее влияние одного и того же фактора — родительской вовлеченности в процесс обучения.

Ни размер школы, ни количество денег, потраченных школьным руководством в расчете на одного ученика, ни количество лингвистических лабораторий, ни количество учеников школы, которые поступают потом в университет, ни высокое (или низкое) качество преподавания — *ничто так не влияет на успех ребенка, как вы*. А поэтому прошу вас найти время для прочтения этой книги и узнать, какими навыками вашим детям следовало бы овладеть. Вы поможете им, даже если вы сами не блистали в школе, даже если вы сами не владеете навыками обучения. Учитесь вместе со своим ребенком! И вы не только сможете помочь ему в школе, но сможете помочь себе в работе, вне зависимости от того, в какой сфере вы работаете.

ЕСЛИ ВЫ «НЕТИПИЧНЫЙ» УЧАЩИЙСЯ

Если вы в возрасте двадцати пяти, сорока пяти, шестидесяти пяти или восьмидесяти пяти вновь становитесь учеником старших классов, студентом университета или идете в аспирантуру, вам, возможно, более чем кому-либо нужна моя книга! Почему? Потому что, чем больше времени прошло с того момента, как вы закончили школу, тем больше вероятность того, что вы не помните то, что успели за эти годы забыть. И возможно, вы забыли и то, что должны были помнить! Так же, как я всегда подчеркиваю, что не бывает *слишком рано* для того, чтобы начать прививать себе полезные для обучения привычки, тут я должен сказать, что для этого не существует и *слишком поздно*.

Если вы вновь начинаете учиться и планируете взять как минимум половину занятий курса, при этом продолжая работать, растить семью или делая то и другое одновременно, то, возможно, вам предстоит столкнуться с проблемами, которых у вас не было, когда вы последний раз сидели за школьной или университетской партой.

Время и деньги

Надо признать: в то время, когда единственной вашей заботой было ходить в школу, вам, должно быть, было несколько легче, чем теперь, когда нужно одновременно учиться, заниматься семьей и зарабатывать на жизнь. (И так оно и было на самом деле!) Овладеть всеми навыками тайм-менеджмента особенно важно, если вы планируете ответственно выполнять свои обязательства перед работодателем,

семьей, спортклубами и друзьями, да еще и успевать учиться.

Полезным навыком может также оказаться умение управлять своими денежными средствами — будь то попытка придумать, откуда взять деньги на детский сад (об этом вам, наверное, не нужно было заботиться в старших классах) или каким образом успевать все, сократив часы на работе, чтобы ходить в школу или университет.

Страхи о собственной несостоятельности

Вам может показаться, что вы уже давно не занимались всеми этими школьными «штуками». Вы даже не помните, как пользоваться текстовым редактором! Некоторые из этих страхов обоснованы, но большинство — нет. Может быть, вы беспокоитесь, потому что не особенно блистали, когда учились первый раз. Так же как не блистали Эдисон, Эйнштейн и большое количество других талантливых людей! Но послушайте, разве вы не сильно изменились с тех пор, как были ребенком? Сконцентрируйтесь на мысли о том, насколько вы лучше квалифицированы для обучения *теперь*, чем вы были *тогда*!

Боязнь оказаться «не в своей тарелке»

Это несколько другой страх, страх, что вы просто не впишетесь в сообщество студентов. В конце концов, вам ведь больше не восемнадцать. Однако половине всех сегодняшних студентов тоже не восемнадцать. Это правда: 50% всех студентов университетов старше двадцати пяти лет. И правда такова, что, возможно, в