

Можно ли сказать, что прокрастинация – это игра с судьбою? Сложно ответить однозначно, но точно - Судьба играет с нами. Либо его величество Случай. Стоило мне получить письмо о том, что прокрастинация сегодня актуальна и волнует очень многих читателей, настроиться на работу, как задуманная тема отложилась сама собой. По иронии судьбы или несчастному случаю я неудачно позанималась декором и сломала плечо – моя правая рука отказалась писать на целый месяц. С другой стороны, в иронии судьбы есть что-то предновогоднее для всех нас. Так что наш декабрьский разговор об откладывании жизни и о том, как стать эффективнее, вполне можно объявить предновогодним пожеланием каждому из нас!

Откладыванием дел на потом занимаются многие, но не все знают латинское обозначение этого знакомого занятия: «прокрастинация» с латыни и означает «это на завтра, на потом». Справедливости ради стоит сказать, что не каждого откладывание дел заботит и доводит до самообвинений и даже паники. В крайних случаях дело доходило до выученной беспомощности, но во всех случаях нам приходится ОБЪЯСНИТЬ себе причину собственной неэффективности, пасования перед задачами и делами. Ну, почему человек избегает активности, не способен собрать себя в кучу, чтобы ощутить радость достижения? Легко объяснить, когда он отлынивает от дела в пользу развлечений. Но тем прокрастинация и отличается от лени, что ленивого так не мучает, не грызет совесть. Устал, надоело, просто не хочу, чуть позже..


ERARTA
S=V·t
V=S:t
t=S:V







