



מתי / When הסודות המדעיים של התזמון המושלם

דניאל ה' פינק | Daniel H. Pink



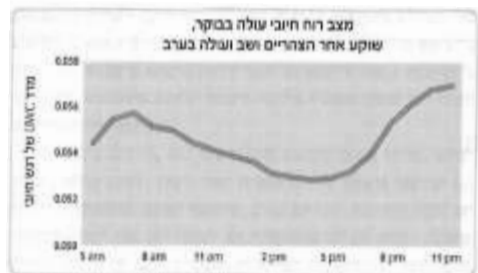
נולד בשנת 1964 באוהיו, ארה"ב, סיים בהצטיינות יתירה את לימודיו באוני' Northwestern ובהמשך השלים דוקטורט במשפטים באוני' Yale. בין השנים 1995-97 שימש ככותב הנאומים של סגן הנשיא אל גור, ובהמשך פנה לקריירה כעיתונאי, מנחה טלוויזיה וכסופר אשר פרסם עד היום 6 ספרים בנושאים שונים. הרצאתו "**הפאזל של המוטיבציה**" זכתה עד היום למעל 24 מיליון צפיות. ספריו הקודמים שתורגמו לעברית: "**מוטיבציה**", "**ראש אחר**", "**למכור זה בטבע שלנו**". מידע נוסף [כאן](#).

מו"ל: הוצאת מטר | ספטמבר 2019 | כריכה רכה | 264 עמודים
לרכישה ישירה: [הוצאת מטר](#), [צומת ספרים](#), [סטימצקי](#), [עברית](#), [Amazon](#)

השורה התחתונה: ספר קריא ומרתק אשר מציע לנו לשוב ולהתבונן על "השגרות" השונות המרכיבות את חיינו, ולתזמן אותן מחדש תוך התאמה לדפוסי "הפרודוקטיביות" כפי שזוהו במחקרים עדכניים במגוון רחב של תחומים. מומלץ למנהלים, יועצים, מאמנים, עצמאים וכל מי שעוסקים בניהול עצמי, ניהול צוותים וניהול משימות.

מה שלומנו (במשך) היום, ומה כדאי שנעשה עם זה?

דניאל פינק נמנה על קבוצה של סופרים מעולים אשר הגיעו מעולם העיתונות (ובניהם [מלקולם גלדוול](#), האחים [דו וצ'יפ הית'](#) ועוד...) ויצרו ז'אנר חדש של ספרי ניהול בו הם מזהים תחום אשר לכאורה נחקר ומוצה לעייפה (קבלת החלטות, מצוינות, מנהיגות, מוטיבציה וכדומה), צוללים אל מאות מחקרים עדכניים בנושא, מזקקים מתוכם תובנות חדשות ומפתיעות, מוסיפים עשרות סיפורי מקרה הממחישים אותן – ויוצרים עבורנו ספרי ניהול חדשים ומפתיעים אשר מוגשים לנו בשפה פשוטה וקולחת אשר מסייעת לנו להכיר וליישם את התובנות והכלים החדשים המוצעים לנו. בספר חדש זה, אשר מיד עם צאתו הפך לרב מכר וזכה בשפע פרסים וביקורות נלהבות, בוחן פינק את משמעות "השעון הביולוגי" הטבוע בנו מזה אלפי שנים, את השפעתו על התנהלותנו ויכולותינו במהלך היממה, ואת האופן שבו כדאי לנו לארגן את פעילויותינו השונות כך שנפיק מהן את התועלת המרבית עבור עצמנו, הן בעבודה והן מחוצה לה. כמו בספריו הקודמים, משלב פינק בספר עשרות סיפורים ודוגמאות מוחשיות לרעיונות ולאופן יישומם בחיי היום-יום, כאשר לכל פרק מצורף כנספח "**המדריך לפצחן הזמן**" הכולל שאלות לאבחון עצמי + טיפים פרקטיים ליישום מיידי. מיטיבי הלכת ושוחרי האקדמיה ימצאו בסוף הספר מעל 30 עמודי ביבליוגרפיה והפניות למחקרים ומקורות אחרים.



גרף "מצב הרוח לאורך היממה" - עמ' 18

חלק ראשון: היום - חוזר ובוחן את יחידת הזמן הבסיסית של חיינו, **היממה**, ואת הדפוסים השונים של התנהלותנו לאורכה, הן בהיבטים של פרודוקטיביות והן בהיבטים המבטאים תחושות ורגשות שונים (אושר, חמימות, הנאה וכו'). הממצא המפתיע: בכל המדדים ניתן לזהות תבנית זהה: עלייה בשעות הבוקר, ירידה חדה בשעות הצהריים וחזרה לרמה גבוהה בשעות אחר הצהריים. פינק מבחין בין שעות מומלצות לפעילויות "אנליטיות" לבין פעילויות "הארה", וכן בין טיפוסים בעלי שעון פנימי שונה (עירוני, ינושף ו-הציפור השלישית) וממליץ לכל אחד מאיתנו לזהות את "השעון" שלו ולהתאים את פעילותו אליו.

חוכמת הפסקה - את הפרק השני של חלק זה מקדיש פינק להצגת הפתרון האולטימטיבי לירידה החדה ביכולות הביצוע שלנו בשעות הצהריים: הפסקה קצרה המוקדשת לארוחת צהריים ולאחריה נמנום קצר של 20 עד 40 דקות. מפתיע, אך כדאי לדעת כי חברות כמו בן אנד ג'ריס, זאפוס, נייק ואחרות כבר יצרו "מרחבי נמנום" עבור עובדיהן... ולסיכום: "**מדע התזמון מאשר היום את מה שהעולם הישן הבין מזמן: אנחנו חייבים לתת לעצמנו הפסקה**" (עמ' 75).

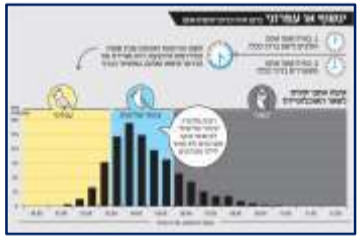
חלק שני: התחלות, סיומים ומה שביניהם - עוסק בהשפעתם הדרמטית של **מצבי הפתיחה**, הן אלה שבחרנו בהם מראשוננו (כוחה של "השנה החדשה הניצבת בפתח"), והן אלה שנכפו עלינו ע"י מציאות החיצונית (כמו מתי נולדנו או נכנסנו לשוק העבודה), של **מצבי הביניים** אשר פעמים רבות נוטים להיות בעלי נתונים "מדכאים" ולכן מחייבים אותנו לגלות יצירתיות אשר תייצר עבורנו "ניצוץ" ואנרגיה חדשה להמשך, ולבסוף של **מצבי הסיום** שעצם ההתקרבות אליהם יוצרת פרץ של אנרגיה חדשה (ולראייה שפע של החלטות דרמטיות המתקבלות דווקא בגילאי 29, 39 ו-49) או לחלופין מביאה אותנו ואת הסובבים אותנו לכדי ויתור מוחלט על המאמץ, מאחר ולא נגיע לתוצאות הרצויות...

חלק שלישי: לסנכרן ולחשוב - חלק זה מורכב משני פרקים, כאשר הראשון מביניהם עוסק במושג הזמן כמרכיב אשר מאפשר תיאום וסינכרון בין אנשים או משימות שונות, וזאת באמצעות גורם חיצוני (או "בוס") אשר מכתוב את הקצב, תחושת שייכות ותלות הדדית היוצרת מוטיבציה לתיאום הקבוצתי, ועצם התיאום אשר יוצר תוצאות ושבועות רצון של כלל המשתתפים, ומושג ע"י קודים משותפים, הופעה אחידה ולעיתים רבות גם מחוות שונות של מגע פיזי ביניהם. הפרק האחרון של הספר עוסק בקצרה בהיבטים התפיסתיים-פילוסופיים ובהיבטים הלשוניים הקשורים למושג הזמן, תוך הפנייה לצורות השימוש בו בשפות שונות ולפערים בין שפות המתמקדות בהווה לאלו המבטאות גם "עתיד".



אתר הבית

[אתר הבית של דניאל פינק](#)
אשר כולל מידע על 6 ספריו,
גישה לעשרות מאמרים קצרים,
עשרות קטעי וידאו וכן אפשרות
להרשם כמנוי לניוזלטר שלו.



"כשהתזמון יוצא משליטה:

איזה תפקיד יש לטיימינג בחיינו?"
שיחה עם דניאל פינק על
הממצאים והתובנות בספר,
אשר התפרסמה במוסף
"כלכליסט" עם צאתו לאור.



וידאו 9:06 דקות

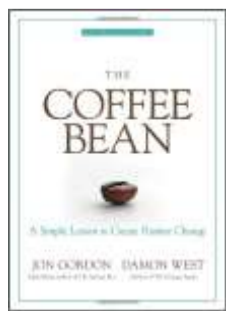
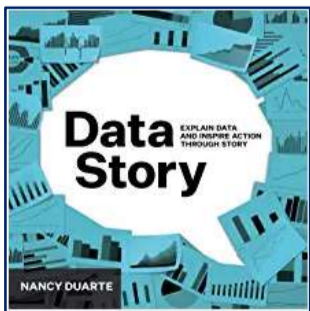
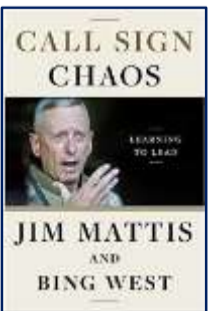
[סקירה קצרה ומאויירת של הרעיון המרכזי בספר: השאיפה להתאמת אופי הפעילות לשעון הביולוגי האופייני והמתאים לנו.](#)



וידאו 6:58 דקות

[דניאל פינק מציג בקצרה את "גרף הפרודוקטיביות" האופייני לנו במהלך היום.](#)
גרסת ההרצאה המלאה
(58:24 דק') - [בקישור כאן](#).

חדשים על המדף: ספרי ניהול מומלצים שיצאו לאחרונה (הקלקה על תמונות הכריכה למידע נוסף)



מפגש מיוחד עם ספרי הניהול המבוקשים בעולם - אצלכם בארגון
הזדמנות להכרות מהירה עם מיטב ספרי הניהול החדשים ועם מגוון הכלים אותם הם מציעים בהרצאה תכליתית ואנרגטית המלווה בסרטוני וידאו ושפע דוגמאות מעשיות להמחשה ויישום. אפשרות לרכישה מוזלת של הספרים וחלוקתם למשתתפים ולמנהלים נוספים בארגון. מומלץ להעשרת מפגשי מנהלים, מנהלי מש"א, צוותי שירות, שיווק ומכירות, ועוד...
לתיאום מפגש ולמידע נוסף: 04.8312264, 054.4534227, idan@managingbythebook.com