

8. Сами назначьте дату для дел, у которых нет срока, заданного извне

Выгодность исходной версии: высокая

Доказательность В · исходная версия

для времени и сил

бесплатно

мимоходом

немного силы воли

Не зависит от страны

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка русского варианта не проводилась.

Простыми словами

Когда крайний срок задаёт кто-то другой, 80.6% студентов успевают закончить до него. В срок, который они сами предполагали, заканчивают только 38.7%. То, когда работа будет закончена, почти целиком определяется крайним сроком и мало связано с собственной оценкой. Поэтому для дела без крайнего срока назначьте его сами и отнеситесь к нему как к обязательству.

Затраты

Денег не требует. Трудность в том, что назначенную дату нужно принять всерьёз. Если в этот день не придать ей значения, это всё равно что не назначить её вовсе.

Выгода

Среди студентов, которым крайний срок задали извне, 80.6% закончили до него. А в срок, который они сами предполагали, закончили только 38.7%. Время завершения почти следует за крайним сроком: коэффициент корреляции $r = 0.82$. Чем ближе это число к 1, тем теснее связь. С собственной оценкой связь лишь очень слабая.

Примечания

Если сообщить другим назначенную вами дату, она станет больше похожа на срок, заданный кем-то другим. Нужно уточнить: исследование подтвердило, что крайний срок, заданный другими, работает. Сроки, которые люди задают себе сами, например в методах временных блоков или «Помодоро», никто напрямую не проверял. Здесь это вывод по аналогии.

Источники

Источники исходной версии

1. Buehler, R., Griffin, D., & Ross, M. (1994). Exploring the "planning fallacy": Why people underestimate their task completion times. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 366–381. doi.org/10.1037/0022-3514.67.3.366