

ПРАВИЛА ПРОВЕРКИ ПАСПОРТНЫХ ДАННЫХ

ПРИЧИНЫ НЕВНИМАТЕЛЬНОСТИ ПРИ ПРОВЕРКЕ ПАСПОРТА

- ▶ переутомление;
- ▶ подсознательное нежелание выполнять поставленную перед собой задачу;
- ▶ сбой «автопилота» (многие действия мы совершаем автоматически, не задумываясь. Если в момент совершения автоматического действия нас что-то отвлекает, программа может дать сбой);
- ▶ необходимость выполнять слишком много задач одновременно;
- ▶ Дефицит внимания (человеку сложно в течение длительного времени концентрироваться на одной и той же задаче).

Ошибки из-за невнимательности могут быть обиднее крупных ошибок, хотя бы потому, что кажется, что их легче предотвратить. Важно помнить, что все время от времени совершают ошибки, и это нормально. Однако, если вы допускаете много ошибок из-за невнимательности, есть несколько простых способов вернуться на правильный путь.

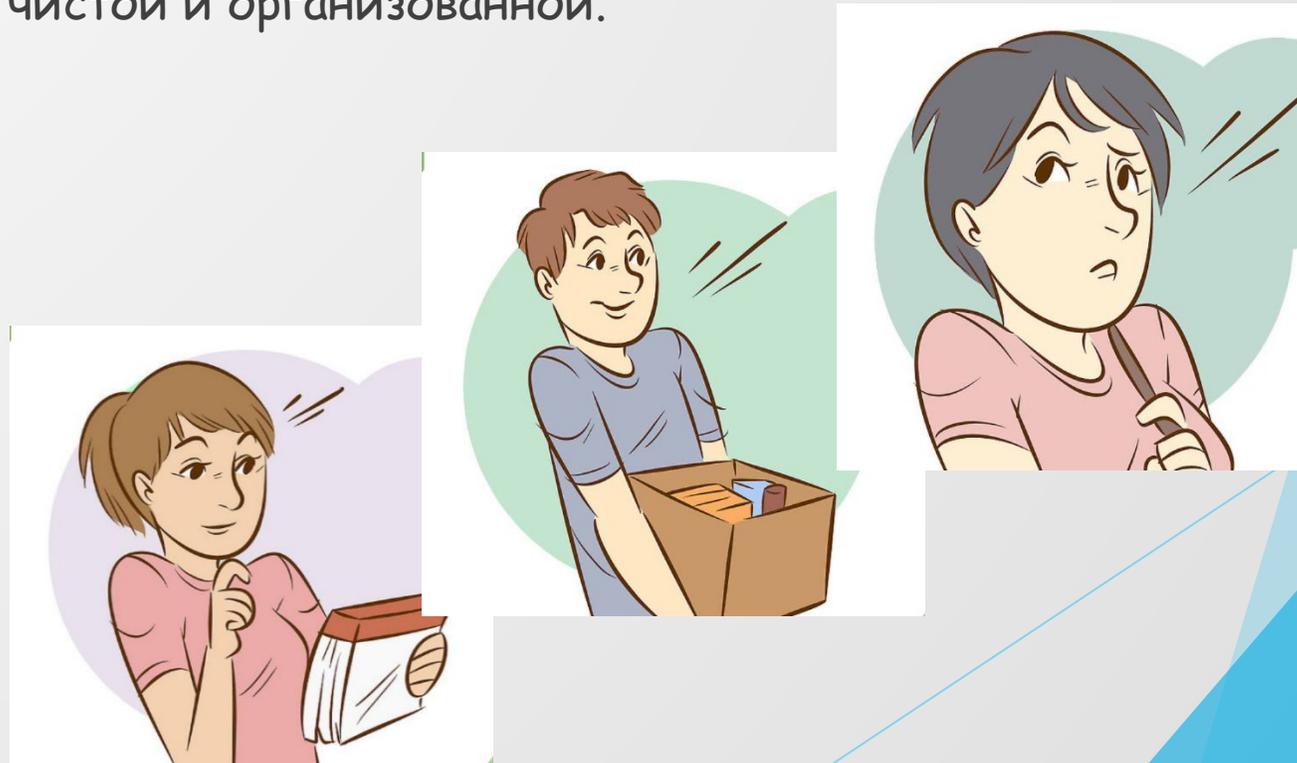
МЕТОД 1: разберитесь в своих ошибках

- ▶ Ведите журнал ошибок, которые совершаете в течение каждой недели.
- ▶ Необходимо понять, к какому виду относится эта ошибка, — это отличное начало.
- ▶ Отслеживайте шаблоны ошибок, которые вы совершаете, чтобы понять, как избежать их повторения.
- ▶ Определите, что делает эту ошибку халатной. Спросите себя, почему вы допустили определенную ошибку. Вы торопились, потому что до этого тянули время? Вы были напряжены и думали о чем-то другом?
- ▶ Отмечайте рядом с каждой ошибкой в журнале, как можно было бы избежать ее изначально.
- ▶ Поговорите с более опытным коллегой, с которым вы ладите, чтобы получить хорошее представление о том, как можно этого избежать.



МЕТОД 2: будьте организованны

- ▶ **Пользуйтесь календарем.** Часто ошибки из-за невнимательности возникают из-за того, что мы забываем о том, что должны сделать. Может быть чрезвычайно полезно записывать в календаре предстоящие обязательства, встречи и крайние сроки.
- ▶ **Наведите порядок вокруг себя.** Вы будете поражены, насколько прояснится голова и как повысится концентрация, когда окружающая вас обстановка будет чистой и организованной.



МЕТОД 3: оставайтесь позитивными, расслабленными и осознанными

- ▶ Оставайтесь в настоящем моменте. Быть осознанным — значит постоянно уделять безраздельное внимание своим делам и полностью погружаться в свои занятия.
- ▶ Зачастую именно мелочи в жизни сбивают нас с толку — вещи, которые, как нам кажется, не нуждаются во внимании и которые мы уже якобы знаем. **Сохраняйте осознанность**, чтобы справиться с этим.
- ▶ **Фильтруйте незначительную информацию.** Спросите себя, как уделять больше внимания важным вещам в своей жизни, и подумайте, не переполнен ли ваш разум лишними вещами, например, сплетнями, постами в социальных сетях и прочим.



ГЛАВНЫЕ ПРАВИЛА ПРОВЕРКИ ПАСПОРТНЫХ ДАННЫХ

- ▶ При проверке паспорта сосредоточится только на нем, не отвлекаться и параллельно не разговаривать (не слушать музыку и не смотреть телевизор/телефон, если вы из-за этого отвлекаетесь);
- ▶ Проверять серию и номер паспорта, а так же ФИО 2 раза: до заполнения паспорта и после заполнения паспорта;
- ▶ Проверять весь буквенный текст в обратном направлении, то есть с конца предложения до его начала;
- ▶ Если плохо видно какой то символ в паспорте, не нужно гадать и ставить его наобум, лучше отправить на уточнение/некоррект, чтоб не было лишней ошибки;
- ▶ Старайтесь прочитывать все буквенную и цифровую части вслух или шепотом, для лучшего контроля за орфографией и понимания текста, дабы избежать еще одной глупой ошибки.
- ▶ Наклеить на монитор стикеры, с самыми распространенными вашими ошибками, выделить их разными маркерами, так будет наглядно видно на что чаще всего нужно обращать внимание при проверке паспортных данных.
- ▶ Каждые 1,5-2 часа по 5-10 минут давать отдыхать мозгу и глазам, делать специальные упражнения для их расслабления.

РАЗВИТИЕ ТАКОЙ ВАЖНОЙ ПСИХИЧЕСКОЙ
ФУНКЦИИ, КАК ВНИМАНИЕ, НЕОБХОДИМО
НАМ С ЦЕЛЬЮ ПОВЫШЕНИЯ ЛИЧНОЙ
ПРОДУКТИВНОСТИ В
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ СФЕРЕ,
ФОРМИРОВАНИЯ СТОЙКОГО ИНТЕРЕСА К
ПОЗНАНИЮ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ И
ОСВОЕНИЮ НОВЫХ ОБЛАСТЕЙ ЗНАНИЙ