

Delavnica: Obvladovanje časovnih pritiskov in večopravnost



Se vam dogaja, da na koncu delovnega dneva ugotavljate:

- ✓ da se za opravljanje določenih nalog porablja preveč časa!
 - ✓ da se dela »preveč« napak!
 - ✓ da ste neustvarjalni!

Z udeležbo na delavnici boste znali učinkovito obvladovati vaše časovne pritiske in posledično boste bolj učinkoviti in zadovoljni.

Večopravnost je »prostor« za delanje napak - koncentracija zaradi prenatrpanosti podatkov pada.

Večopravnost uničuje ustvarjalnost – zaradi prevelike količine podatkov pride do prezasedenosti »delovnega spomina«. Ustvarjajo se rešitve z »aha efektom«.

Utrudi vas veliko bolj, kot si mislite...

Večopravnost upočasnjuje - vsaka naloga zahteva točno določen miselni proces, zato je pomembno, da ko smo v tem miselnem procesu v njem tudi ostanemo in nalogo končamo.

Zakaj je ta delavnica prava za vas? Da boste pri svojem delu:

- ✓ razumeli kaj je večopravnost in ali vam koristi
- ✓ razumeli pomen načrtovanja časa
- ✓ učinkovito upravljali s svojim časom
- ✓ bolj uspešni, zadovoljni in zdravi



Cilj delavnice je, da udeleženci

Ozavestijo, da z opravljanjem več nalog hkrati nismo učinkoviti, **naučijo** se kako učinkovito upravljati svoj čas, katere aktivnosti je primerno početi skupaj in katere ne. S tem znanjem boste **lažje** in **hitreje** opravljali ter **zaključevali** svoje naloge.

Matematika je zelo preprosta – veste, da vaši zaposleni izgubijo VEČ KOT CEL DELOVNI DAN?

Vsakič, ko prekinete nek proces, ker imate vmes nek hiter popravek, potrebujete kar nekaj minut, da lahko s prejšnjo dejavnostjo nadaljujete. Recimo, da vam vzame 5 minut, da z delom nadaljujete. 5 minut krat 27 vmesnih opravek je koliko? 135 minut oz. 2 uri in 15 minut izgubljenega časa. Preračunajte, koliko minut delovnega časa v celotnem delovnem procesu, glede na število zaposlenih vaši zaposleni izgubijo? Predstavljajte si koliko je to pri številu 4ih zaposlenih: pridemo na število 9ur, kar je **VEČ KOT EN CEL DELOVNI DAN**, ki ga zaposleni porabijo za preklapljanje med nalogami.

Delavnica je namenjena: vsem zaposlenim, ki jim kronično primanjkuje časa, so pogosto izpostavljeni rokom, se težko organizirajo, jim manjka tehnik samodiscipline, si ne znajo sami napisati svojega urnika, ki jih podpira, počnejo več stvari hkrati in kljub temu ugotavljajo, da niso naredili vsega, vsem, katerih zdravje trpi zaradi službenih obveznosti.

Čas trajanja: 6 pedagoških ur

Ciljna skupina: vsi zaposleni