

Warsztaty zarządzania sobą w czasie wg koncepcji Eisenhowera

Zarządzanie na czasie...

Narzędzie główne:

1. Macierz Eisenhowera

Narzędzia pomocnicze:

2. Krzywa wydajności,
3. Krzywa koncentracji

Plan:

1. Dyskusja sterowana nt. wartości czasu i jego wykorzystania w pracy.
 - a. w tym: diagnoza potrzeb, określenie podstawowych problemów.
2. Przedstawienie metodologii macierzy Eisenhowera.
3. Przykład zastosowania – case study.
4. Przygotowanie indywidualnych macierzy I – na podstawie jednego, przykładowego dnia pracy.
5. Analiza wybranych przykładów – dyskusja i wnioski.
6. Sposoby wypełniania macierzy Eisenhowera:
 - a. zasady ogólne,
 - b. priorytety,
 - c. planowanie,
 - d. delegacja,
 - e. relaks,
 - f. kierunki przeniesienia zadań.
7. Budowa przykładowej macierzy II.
8. Analiza powstałych macierzy, wskazanie zalet i wad oraz wykorzystanie krzywych wydajności i koncentracji:
 - a. plan działań,
 - b. ustalenie wartości zadań,
 - c. krzywa wydajności,
 - d. krzywak koncentracji,
 - e. czasoprzekadzacze,
 - f. uzależnienie od czynników zewnętrznych,
 - g. budowa własnej krzywej,
 - h. wykorzystanie krzywej do planowania dnia w pracy i poza nią – dyskusja.
9. Macierz Eisenhowera dla grupy:
 - a. konsekwencja,
 - b. komunikacja i ocena,
 - c. współgranie i współrozumienie,
 - d. wypracowanie wspólnych metod organizacji w grupie.
10. Zalecenia:
 - a. jeden dzień w tygodniu,
 - b. podział na grupy,
 - c. analiza postępów i zakłóceń – wypracowanie wspólnego systemu.