

JOC DE POZIȚIONARE – Întrebări pentru gestionarea timpului

„Cât de des...?”

Folosiți aceste întrebări pentru a-i determina pe participanți să reflecteze asupra obiceiurilor lor de gestionare a timpului.

Participanții se poziționează în spațiu în funcție de frecvență.

Întrebările:

- Începi ceva și apoi treci imediat la altceva fără să termini?
- Spui „da” la prea multe cereri, chiar dacă nu ai timp?
- Faci lucrurile în ultimul moment?
- Uiți ceva ce trebuia să faci?
- Subestimezi timpul necesar pentru a face ceva?
- Uiți să iei o pauză?
- Sari peste o sarcină importantă pentru a face ceva mai ușor?
- Amâni constant un angajament pentru că nu ai chef?
- Te simți copleșit de lucrurile pe care trebuie să le faci și nu știi de unde să începi?
- Ești distras de notificări sau gânduri în timp ce lucrezi?