

# Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



## Zarządzanie czasem

dr hab. Piotr Wachowiak, prof. SGH

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie  
9 listopada 2021 r.



**SGH**  
Szkoła Główna  
Handlowa  
w Warszawie

EKONOMICZNY UNIwersYTET DZIECIĘCY

WWW.UNIwersYTET-DZIECIĘCY.PL

1

# Czas to pieniądź



© Piotr Wachowiak

2

# Nie mam czasu.



© Piotr Wachowiak

3



## Zasady zarządzania czasem

- **Codziennie planuj swój dzień, abyś mógł wszystko zrobić o czasie a jeszcze lepiej przedtem niż potem.**
- **Nie zabijaj ... czasu.**
- **Nigdy nie odkładaj na później spraw ważnych, które są nieprzyjemne.**
- **Wykonaj zadania wymagające dłuższego wysiłku umysłowego wtedy, kiedy masz najlepsze samopoczucie.**

© Piotr Wachowiak

4

## Zasady zarządzania czasem – cd.

- **Wykonuj tylko jedno zadanie w określonym czasie.**
- **Zmniejsz liczbę przerw podczas wykonywania zadania.**
- **Zrezygnuj ze wszystkiego, co nie jest ważne w danej chwili.**
- **Umiej wyznaczać sobie cele.**
- **Walcz ze „złodziejami czasu”.**



© Piotr Wachowiak

5

## Planowanie realizacji zadań

### Prawo Murphy'ego

**Nic nie jest tak łatwe, jak się wydaje.**

**Wszystko trwa dłużej niż sądzisz.**

**Jeżeli coś może iść na opak, to idzie.**

© Piotr Wachowiak

6

## Reguła planowania 60 : 40

- **60% czasu - zadania zaplanowane.**
- **20% czasu - zadania nagłe.**
- **20% czasu - zadania spontaniczne.**



© Piotr Wachowiak

7

## Zasady planowania realizacji zadań

- **Analizuj zadania i czas ich trwania.**
- **Zestaw zadania do zrobienia.**
- **Określ czas trwania każdego zadania.**
- **Określ pilność każdego zadania.**
- **Określ ostateczny termin wykonania każdego zadania.**
- **Ustal kolejność wykonywanych zadań.**



© Piotr Wachowiak

8

- **Panowanie nad własnym czasem to panowanie nad własnym życiem.**
- **Człowiek powinien mieć czas na wszystko.**
- **Szanuj swój czas i czas innych ludzi.**

© Piotr Wachowiak