

FACE

9^η Ιστοεξερεύνηση

Μάρτιος 2024
IDEC S.A.

FOSTERING AWARENESS
CULTURAL



ON YOUTH
ENTREPRENEURSHIP

Διαχείριση χρόνου για Δημιουργούς



ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Αυτογνωσία και αυτοαποτελεσματικότητα, κίνητρα και επιμονή, σχεδιασμός και διαχείριση



ΕΝΟΤΗΤΑ

Κοινωνικές δεξιότητες



ΧΡΟΝΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

20-40 λεπτά



ΕΠΙΠΕΔΟ ΔΥΣΚΟΛΙΑΣ

Έμπειρο

Αποκτήστε ανεκτίμητες γνώσεις και πρακτικές στρατηγικές για να αυξήσετε την παραγωγικότητα, να μειώσετε το άγχος και να επιτύχετε στη δημιουργική βιομηχανία.



Co-funded by
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Agence du Service Civique / Agence Erasmus+ France Jeunesse & Sport. Η Ευρωπαϊκή Ένωση και η αρμόδια αρχή χρηματοδότησης δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Εισαγωγή



Ο χρόνος μέσα στην ημέρα δεν είναι ποτέ αρκετός για τους περισσότερους από εμάς, παρόλο που όλοι έχουμε τις ίδιες 24 ώρες την ημέρα. Αναρωτιέστε όμως πώς μερικοί άνθρωποι καταφέρνουν πολύ περισσότερα στον ίδιο χρόνο σε σχέση με τους άλλους; Η τελική απάντηση έγκειται στη διαχείριση χρόνου.

Διαδικασία

Μαθησιακοί στόχοι

- Διαβάστε το άρθρο **"9 Best Time Management Tips for Creatives Who Find It A Challenge"** («Οι 9 Καλύτερες Συμβουλές για Δημιουργούς που δυσκολεύονται») σχετικά με τη διαχείριση χρόνου για δημιουργούς και εντοπίστε τρεις στρατηγικές που μπορείτε να εφαρμόσετε αμέσως στη δημιουργική σας ροή.
- Αποκτήστε περισσότερες γνώσεις σχετικά με τους λόγους που η διαχείριση χρόνου είναι σημαντική για τους δημιουργικούς επαγγελματίες.
- Εξερευνήστε αποτελεσματικές τεχνικές διαχείρισης χρόνου προσαρμοσμένες για δημιουργικούς επαγγελματίες.
- Εφαρμόστε τις αρχές του Πίνακα Διαχείρισης Χρόνου για κτήν, αποτελεσματική διαχείριση χρόνου.
- Αναπτύξτε ένα σχέδιο για να ξεπεράσετε την αναβλητικότητα, ώστε να βελτιώσετε την παραγωγικότητά σας.
- Για να διαχειριστείτε τον χρόνο σας αποτελεσματικότερα, ας κάνουμε μια γρήγορη πρακτική δραστηριότητα. Αυτή η δραστηριότητα θα σας επιτρέψει να κατηγοριοποιήσετε τις εργασίες σας ανάλογα με τον επείγοντα χαρακτήρα και τη σημασία τους με πιο οπτικό τρόπο και να εντοπίσετε τις αλλαγές ή τον επαναπροσδιορισμό των εργασιών εάν χρειάζεται.

Εν συνεχεία, διαβάστε το άρθρο **"The Four Quadrants of Time Management"** («Τα τέσσερα τεταρτημόρια της διαχείρισης του χρόνου») ή/και παρακολουθήστε το βίντεο **"The Four Quadrants of Time Management"** (Εισαγωγή στο άρθρο), που αδειάζει τη γνώση που εφαρμόζεται στο **Time Management Matrix**.

Συμπέρασμα

Ολοκληρώνοντας αυτή την Ιστοεξερεύνηση, κατανοείτε πλέον σαφέστερα τις αποτελεσματικές πρακτικές διαχείρισης χρόνου που ισχύουν για τις μοναδικές απαιτήσεις των δημιουργικών επαγγελματιών. Με στρατηγικές ιδέες, τεχνικές και πρακτικά εργαλεία, είστε έτοιμοι να αλλάξετε την προσέγγιση διαχείρισης του χρόνου σας, ώστε να ολοκληρώσετε τα έργα σας.

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να δείτε:

<https://designerly.com/time-management-skills-for-designers-and-creatives/>

<https://trafft.com/time-management-matrix/>

Αυτοαξιολόγηση

1. Ποιες είναι οι στρατηγικές διαχείρισης τριών χρόνων που είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικές για τους δημιουργούς;
 - α) Ο ορισμός μη ρεαλιστικών προθεσμιών, αποφεύγοντας τα διαλείμματα και εκτελώντας ταυτόχρονα πολλές ενέργειες
 - β) Ιεράρχηση καθηκόντων, καθορισμός ορίων και προγραμματισμός τακτικών διαλειμμάτων
 - γ) Αναβλητικότητα, αγνόηση προθεσμιών και υπερβολικές δεσμεύσεις
 - δ) Εργασία πολλών ωρών, αποφυγή της παρακολούθησης χρόνου και εστίαση αποκλειστικά σε επείγοντα καθήκοντα
2. Γιατί είναι σημαντικό για τους δημιουργικούς επαγγελματίες να αφιερώνουν περισσότερο χρόνο στο Τεταρτημόριο II (Σημαντικό αλλά όχι επείγον) του Πίνακα Διαχείρισης Χρόνου;
 - α) Επειδή οι εργασίες του Τεταρτημορίου II είναι οι πιο σημαντικές και πρέπει να γίνουν άμεσα
 - β) Επειδή τα καθήκοντα του Τεταρτημορίου II συμβάλλουν στην επίτευξη μακροπρόθεσμων στόχων και αποτρέπουν τις κρίσεις
 - γ) Επειδή τα καθήκοντα του Τεταρτημορίου II δεν σχετίζονται με τη δημιουργική εργασία και πρέπει να αποφεύγονται
3. Πώς η κατηγοριοποίηση των εργασιών στα τεταρτημόρια του πίνακα συμβάλλει στην ιεράρχηση των εργασιών;
 - α) Εξασφαλίζει ότι όλες οι εργασίες αντιμετωπίζονται ισότιμα, ανεξάρτητα από τον επείγοντα χαρακτήρα ή τη σημασία τους.
 - β) Βοηθά στην αποφυγή της αναβλητικότητας δημιουργώντας μια οπτική αναπαράσταση των εργασιών
 - γ) Επιτρέπει μια συστηματική προσέγγιση για την ιεράρχηση των καθηκόντων με βάση τον επείγοντα χαρακτήρα και τη σημασία τους, οδηγώντας σε αποτελεσματικότερη χρήση του χρόνου.
 - δ) Ενθαρρύνει την τυχαία επιλογή εργασιών χωρίς να εξετάζει τον αντίκτυπό τους στη συνολική παραγωγικότητα.

Σωστές απαντήσεις: Β, Γ, Γ



Co-funded by
the European Union

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ' ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή της Agence du Service Civique / Agence Erasmus+ France Jeunesse & Sport. Η Ευρωπαϊκή Ένωση και η αρμόδια αρχή χρηματοδότησης δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις.

Πόροι

Κάντε κλικ σε κάθε ενότητα παρακάτω για να δείτε όλους τους διαθέσιμους πόρους

Ιστοσελίδες

<https://screenrec.com/designer-tool/time-management-for-creatives/>

9 BEST TIME MANAGEMENT TIPS FOR CREATIVES WHO FIND IT A CHALLENGE " («ΟΙ 9 ΚΑΛΥΤΕΡΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΣ ΠΟΥ ΔΥΣΚΟΛΕΥΟΝΤΑΙ»)

<https://asl.co.nz/business-tips/four-quadrants-of-time-management/>

The Four Quadrants of Time Management («Τα τέσσερα τεταρτημόρια της διαχείρισης του χρόνου»)

Βίντεο

Time Management Strategies To End Procrastination («Στρατηγικές διαχείρισης χρόνου κατά της Αναβλητικότητας ») https://www.youtube.com/watch?v=SHiSe6-mOiY&ab_channel=YoungEntrepreneursForum