

# Effektivisera tiden-Grupp

1. Se filmen **Om tidshantering** i onlinekursen Effektivisera tiden/Föreläsning & fakta
2. Hur mån
3. ga av er (räck upp en hand)
  - a. Underskattar tiden
  - b. Skjuter upp
  - c. Missar överenskommelser
  - d. För många distraktioner
4. Vad beror det på? (Varför räcker man upp handen på ovan) Låt dom diskutera två och två och sen ta upp det i storgrupp vad dom kommer fram till
5. Hur kan det gynna er att effektivisera tiden?
6. Vad finns det för lösningar och verktyg? Ta upp några som finns i onlinekursen. Finns det fler?
7. Hur kan vi bli bättre på att sätta upp mål, ta fram rutiner, återhämtning och prioritera?