



POŻERACZE CZASU

WPROWADZENIE

DO WARSZTATU ZARZĄDZANIA CZASEM

(czas: 10 minut)

Zadajcie sobie na początku pytanie — **czy czas jest realny? ...**

Oczywiście jest to wartość fizyczna, którą można mierzyć. Pozwala ustanawiać rekordy w sporcie, zdążyć na pociąg i mierzyć czas potrzebny do rozwinięcia prędkości samochodu.

Dlaczego zatem, gdy mamy **tylko minutę** na zrobienie czegoś, wydaje się, że to sekundy, a gdy przez ten sam czas mamy stanąć przed kamerą i mówić na dowolny temat, czas zdecydowanie spowalnia...?

Czas fizyczny i mentalny to dwie osobne kwestie, dlatego na różnych etapach życia, czas postrzegamy zupełnie inaczej.

Jakie trzy ZASADY ZARZĄDZANIA CZASEM warto dziś zapamiętać?

1) Czas jest wartością inwestycyjną, którą TRAKTUJEMY INACZEJ NA RÓŻNYCH ETAPACH NASZEGO ŻYCIA.

Czas to nie pieniądź, ale w tym skrócie myślowym jest ziarno prawdy.

Zwykle na początku życia, nie zastanawiamy się nad zasobami, w młodości wydaje nam się, że jesteśmy strasznie bogaci. Z czasem zmieniamy nieco zdanie i uczymy się szanować nasze zasoby.

2) Druga zasada brzmi: "Zawsze gdy mówisz czemuś - tak, właśnie powiedziałeś czemuś innemu - nie".

Podejmując wybory, warto zadać sobie pytanie - "komu/czemu jednocześnie powiem NIE? Dopiero wówczas decydować.

3) Równowaga — idea WORK&LIFE BALANCE polega na dbaniu o utrzymanie równowagi między głównymi sferami życiowymi.

Na naszych kartach decyzyjnych widzimy KOŁO ŻYCIA.

Na kole mamy 6 sfer życia — ZDROWIE | RELACJE | FINANSE | ODPOCZYNEK | PASJE | NAUKA/KARIERA.

UWAGA: Jeśli poświęcimy więcej uwagi/czasu jednej sferze - zawsze straci na tym jakaś inna sfera.

To koło jest bardzo dynamiczne - każdego dnia może wyglądać inaczej.

Istotne jest to, jak wygląda w perspektywie miesiąca, roku. Utrzymanie równowagi, pomaga zachować komfort psychiczny i poczucie zadowolenia z życia.



INSTRUKCJA



POŻERACZE CZASU

CEL GRY:

- Utrzymanie równowagi w 6 przestrzeniach życiowych.
- **Rywalizacja** grup o miano zrównoważonych Ziemi.
- Zebranie 6 różnych kolorów żetonów zgodnie z zaplanowanym kołem życia.

ZAWARTOŚĆ PUDEŁKA:

Talia **78 kart** równowagi w 6 kolorach
6-1szt, 5-2szt, 4-3szt, 3-3szt, 2-2szt, 1-2szt
6x6 kolorów żetonów równowagi
odpowiadających kolorom kart.
1 Kostka pożeracza czasu.
Plansza

1. Po wprowadzeniu, zadajemy pytanie „*kto dziś wstał najwcześniej?*” - tak wyłaniamy startującą drużynę.
2. Dzielimy się na 4/5-osobowe grupy.
3. Grupy otrzymują karty **KOŁA ŻYCIA** — każda grupa ma do dyspozycji 24 punkty odpowiadające 24 godzinom doby. Zadaniem
4. każdej grupy jest uzgodnienie, jak podzielić 24 punkty na **WYBRANE** sfery życia, tak aby odpowiadały fajnie przeżytej dobie. Na dyskusję mamy 2-3 minuty. Potem przedstawiamy wybory, które są sprawdzane, czy suma daje 24 godziny.
Nie wolno dokonywać zmian po zatwierdzeniu.

PRZYGOTOWANIE DO ROZGRYWKI:

- **Dokładnie** tasujemy talię kart.
- **Żetony** układamy w 6 stosach, wg kolorów, obok planszy.
- **Rozkładamy** na planszy 12 odkrytych kart.
- **Zadaniem grup** jest zrealizowanie planu i zebranie takiej ilości punktów i kart jak zaznaczyli wcześniej na **KOLE ŻYCIA**.
- Grupa, która pierwsza zrealizuje plan lub będzie najbliższej celu - wygrywa i otrzymuje monety/pieczętki na karcie grywalizacji.
- Rozpoczyna **grupa A**, czyli ta gdzie jest osoba, która tego dnia wstała najwcześniej.
- Kolejne grupy B, C, D... nazwane są zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

PRZEBIEG RUNDY DZIENNEJ:

PORANEK: **Grupa A** wybiera jedną kartę spośród odkrytych 12 kart na planszy (przedstawiciel grupy w danej rundzie. W kolejnych rundach do planszy mogą podchodzić kolejne osoby z grupy).

(Rozpoczyna się **jawne** zbieranie punktów i kolorów kart, tak aby zebrać karty o punktacji dokładnie odpowiadającej ich planowi z koła życia).

Następnie, **zgodnie z ruchem wskazówek zegara** wybierają kartę kolejno - **grupa B, C, D itd.**

Dobierają karty z kolorów i punktacji zgodnej z zaplanowanym kołem życia lub takie, by utrudnić realizację celu innym grupom. Jeśli np. przyznali 7 punktów do **NAUKI** - potrzebują kart sumujących się do tej wartości, np. 3+4, 2+2+3, 6+1 itp.

POŁUDNIE: Grupy zbierają niewykorzystane karty i odkładają na stos kart odrzuconych (wróć do gry gdy zabraknie kart w talii). Wykładają nowe karty na planszę, tak by było ich 12. **Grupa A** ponownie jako pierwsza wybiera z planszy kartę równowagi, po niej kolejne grupy, jak o poranku.

WIECZÓR: **Tylko grupa A** rzuca **kostką pożeracza czasu**. Wylosowany kolor oznacza, że może zabrać od każdej grupy **jedną kartę tego koloru** i dołożyć do zbieranych przez siebie kart.

- Jeśli grupa oddająca kartę posiada kilka kart w wylosowanym na kostce kolorze, sama decyduje, którą odda.
- Jeśli żadna z grup nie posiada karty w wylosowanym kolorze, nic nie zostaje odebrane.



RUNDA DZIENNA SIĘ KOŃCZY. W KOLEJNYM "DNIU" GRUPA B ROZPOCZYNA CYKL DOBIERANIA KART

POŻERACZE CZASU

- Grupa A przekazuje kostkę pożeracza czasu grupie B - teraz oni rozpoczynają każdą z 3 akcji - PORANEK, POŁUDNIE,
- WIECZÓR. RUND DZIENNYCH JEST TYLE, ILE JEST GRUP.
- Gdy każda grupa będzie **JEDEN RAZ** rozpoczynała cykl dobierania, potem następuje **podsumowanie rundy tygodniowej** — wtedy wymieniamy karty na żetony.

PODSUMOWANIE RUNDY TYGODNIOWEJ:

Grupy podsumowują swoje zbiory i wymieniają karty na żetony z pomocą prowadzącego. Rozpoczyna grupa A.

Oddają karty, których suma wynosi dokładną zaplanowaną na karcie koła życia liczbę. Resztę zostawiają.

Jeśli zaplanowali 6 punktów na FINANSE oddają prowadzącemu kartę o wartości 6 lub kilka np. 3+3; 4+1+1 itp.

W zamian otrzymują 1 żeton tego samego koloru i kładą go na polu Karty Koła Życia o tym samym kolorze.

Wymienione karty odkładasz na stos kart odrzuconych. **Gdy zabraknie kart w talii, do gry wracają potasowane karty odrzucone.**

II RUNDA DZIENNA:

Po pierwszym podsumowaniu ruch zostaje odwrócony i dobieranie rozpoczyna **grupa ostatnia** (w opisanym wariantcie byłaby to grupa D, po niej C, B i na końcu A). Można zauważyć, że od teraz siła pożeracza czasu rośnie. Tak samo jak w życiu, gdy słabnie nasza siła woli. (Udowodniono, że siła woli jest zasobem ograniczonym, dlatego trudniej utrzymać postanowienia wieczorami. W życiu sposobem na to jest wyrobienie dobrych nawyków, które eliminują zużywanie zasobów siły woli).

Czas przyspiesza.

W RUNDZIE II wykonujemy tylko akcje PORANEK I WIECZÓR oraz PODSUMOWANIE RUNDY TYGODNIOWEJ.

Teraz jest trudniej, ponieważ część żetonów jest już zdobyta. Wybierając karty można kierować się tym, aby zabezpieczyć się, przed pożeraczem czasu dobierając dodatkową kartę danego koloru (na oddanie) lub podbierając kartę potrzebną innym drużynom.

W życiu też czasem zabieramy innym osobom czas...

PUNKTACJA I WYGRANA:

Gra toczy się do momentu, gdy po podsumowaniu tygodniowym przynajmniej jedna grupa zdobędzie **6 żetonów w każdym kolorze**, zgodnie z ich planem z koła życia (zazwyczaj dzieje się to po II rundzie i II podsumowaniu).

Jeśli gra skończy się przed uzyskaniem wszystkich 6 żetonów (np. czas lekcji się skończy), wygrywa grupa/y, która/e była/y najbliższej celu zebrała najwięcej żetonów. [Prowadzący przyznaje tej grupie monety/pieczętki na karcie grywalizacyjnej]

PODSUMOWANIE

Porównajmy wyniki, odwołując się do 3 zasad zarządzania czasem, przedstawionych na początku.

Zadaniem każdej grupy było uzgodnienie jak podzielą 24 punkty na KAŻDĄ sferę życia, tak aby odpowiadały fajnie przeżytej dobie.

Jak ich wybory wpłynęły na rozgrywkę? Jeśli popełnili błąd jakie mają refleksje. Jak ich unikać w życiu?



Zachodniopomorska
Szkoła Biznesu
w Szczecinie

PIGUŁKI KOMPETENCJI
ZACHODNIOPOMORSKIEJ SZKOŁY BIZNESU

POŻERACZE CZASU



@ Zachodniopomorska Szkoła Biznesu w Szczecinie

