



Mette Bundgaard (t.v.) og Jean Hausgaard-Olesen rejser rundt til vidt forskellige typer og størrelser virksomheder med rådgivning om, hvordan man skabe effektivitet og overskud gennem gode vaner og øget brug af digitale hjælpemidler. Godt halvdelen af kunderne findes i Time Consults midtjyske lokalområde, mens resten er spredt godt rundt i landet. Foto: Time Consult

# Få styr på din hverdag

Ikast-firmaet Time Consult giver sit bud på, hvordan virksomheder får gjort op med barrierer og dårlige vaner hos medarbejderne

Af **Brian Kjær Andersen** [bri@herningfolkeblad.dk](mailto:bri@herningfolkeblad.dk)

Mange af os ved godt, at der gennem årene har sneget sig nogle dårlige vaner ind i arbejdsdagen. Om det er faste overspringshandlinger, en kaotisk omgang med vores mails eller en konstant evne til ikke helt at nå det i løbet af dagen, som vi drømte om.

Men selv om de dårlige vaner kan være vanskelige at få ryddet ud i - og få udskiftet med gode vaner - så kan det lade sig gøre. Det har Ikast-virksomheden Time Consult gjort til en levevej i form af rådgivning til både offentlige og private kontorarbejdspladser.

For direktør og indehaver Mette Bundgaard er det let at svare på, hvorfor virksomhedsledere skal prioritere at få skabt personlig effektivitet hos medarbejderne:

- Det belønner sig jo i form af øget produktivitet, fordi man får det optimale ud af medarbejdernes arbejdskraft.

Samtidig er det medarbejderpleje, fordi man viser, at man gerne vil gøre noget godt for sin medarbejdere. De får udnyttet det fulde potentiale af deres kunnen, og samtidig bliver de mindre pressede og stressede, siger hun.

## Den tomme indbakke

Time Consult holder både kurser ude hos virksomhederne og åbne kurser, hvor deltagerne kommer fra forskellige virksomheder. Mette Bundgaard og hendes kollega i Time Consult, Jean Hausgaard-Olesen, står for undervisningen og møder ofte det samme ønske om at få dyrket de gode arbejdsvaner.

- De fleste henvender sig til os, fordi de gerne have den ro i maven og tomme indbakker og overblik i hverdagen, siger Mette Bundgaard og suppleres af kollegaen:

- Det handler om, at medarbejderne også oplever en større tilfredshed og udfører deres job bedre. Og det handler

om, at når de får den her ro, så går man hjem og er mere glad, siger Jean Hausgaard-Olesen.

Struktur og orden i hverdagen er blandt nøgleordene, lyder budskabet. Derfor skal vanerne ifølge Time Consult præges, så der er orden på skrivebordet og i mailboksen, og man tilmed lærer at gøre brug af teknologiens muligheder inden for planlægningsværktøjer og lignende.

- Vi møder ofte den med »Jeg nåede ikke det, jeg havde planlagt i dag«. Det handler om, at man har et overblik over sin hverdag. Når man har overblikket, kan man planlægge og prioritere. Hvis ikke man har det, har man heller ikke de rigtige forudsætninger for at planlægge, påpeger Mette Bundgaard.

## Multitasking er ikke effektivt

Motivation er et afgørende parameter for at kunne flytte medarbejdere til at arbejde på en anden måde. Derfor >

gør Time Consult altid en del ud af at tale igennem med deltagerne på et kursus, hvad formålet er.

- Man skal kunne se, hvad man får ud af det her. Derfor skal vi præcisere, hvad ideen er med at gøre det her - så er man mere motiveret for at gøre det, beskriver Jean Hausgaard-Olesen.

Der kan ofte komme forsvarsmekanismer op for, hvorfor det vil være meget bedre at gøre, som man altid har gjort. Her forsøger konsulenterne at tage konkrete resultater og forskning ind i samtalen, hvis der skal »bevise« på bordet for at overbevise. Som et eksempel nævner Mette Bundgaard multitasking - det at hoppe rundt mellem arbejdsopgaver.

- Der er nogle, der fejlagtigt tror, at multitasking er rigtig godt; at man bliver mere effektiv - og det er det fuldstændig modsatte, siger hun.

På samme vis er der forskellige opfattelser af, om det er godt eller skidt, hvis der ligger et par tusinde mails i

indbakken. Her er Time Consult klar fortaler for, at man efter at have fået undervisning i mailprogrammernes forskellige muligheder sætter sig foran computeren og rydder sin indbakke og får lavet en struktur, hvor mails bliver lagt i anvendelige undermapper.

- Vi møder mange, der ikke fra starten ser formålet med en tom indbakke, fordi de eksempelvis bruger den som arkiv. Men når først folk får en tom indbakke, så får de en fantastisk ro i hovedet. De kan se, hvor langt de er nået, og risikoen for at glemme ting begrænses, argumenterer Mette Bundgaard.

#### **Slug den klammeste frø først**

Time Consult har typisk sit fokus nogenlunde ligeligt delt mellem at arbejde med daglige vaner og arbejde med at trække på teknologiske hjælpemidler til et større overblik. Sidstnævnte kan være alt fra kalender og opgavestyring til apps til mobilen.

- Jo mere vi kan udnytte de systemer, som er udviklet, desto mere tid og hjerneplads kan vi få frigivet til at være effektive. Vi laver færre fejl, får mere tid og husker bedre, nævner Mette Bundgaard.

Hun beskriver tilgangen hos Time Consult som en god blanding af at trække på viden fra forskning og bruge sin sunde fornuft. Generelt er oplevelsen, at der blandt forskerne er udpræget enighed om, hvordan man bedst sikrer planlægning, får holdt pauser og skaber overblik og effektivitet. Men der er undtagelser.

- Et eksempel er den bog, der hedder »Slug frøen«. Den handler om, at når det gælder arbejdsopgaver, skal man slugte den ledeste og klammeste frø først, for så er de andre ikke så slemme. Men man kan også finde teori, som siger det modsatte: at man skal starte med det letteste. Jeg har prøvet begge dele, og jeg føler helt klart, at hvis man tager den ledeste og grimme først, så bliver det andet en leg. Så der går vi ind og bruger vores erfaring og sunde fornuft, forklarer Mette Bundgaard.

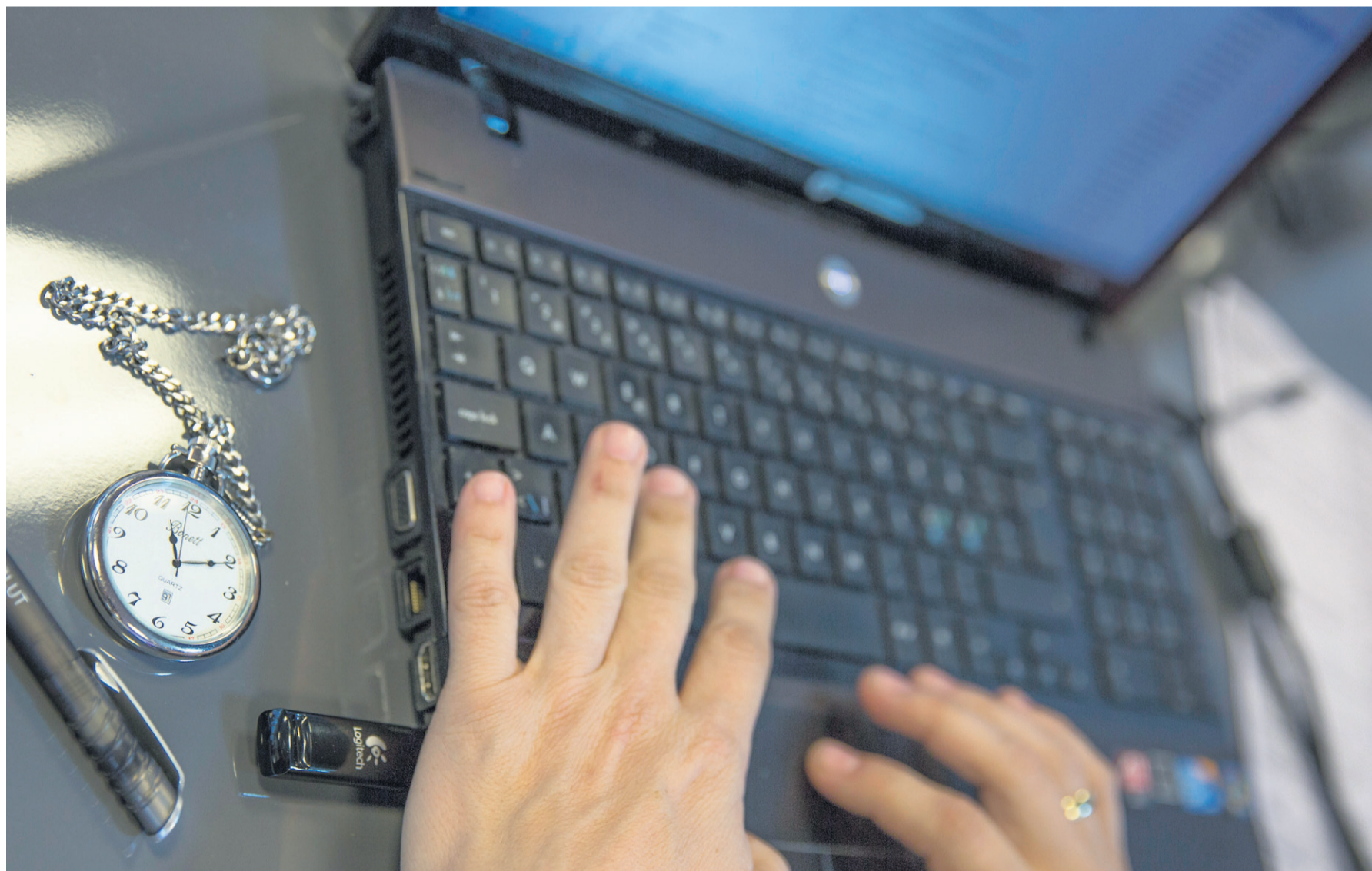
#### **Behovet er blevet større**

Time Consult har udbudt rådgivning om planlægning, overblik og personlig effektivitet siden 2008. Når de to samarbejdspartnere Mette Bundgaard og Jean Hausgaard-Olesen ser tilbage på årene, der er gået, er deres oplevelse, at arbejdsdagen for mange kun er blevet mere kompleks og fuld af forstyrrelser.

- Behovet for at arbejde med de her ting er blevet større på mange virksomheder, vurderer Jean Hausgaard-Olesen.

- Der er så mange impulser i vores hverdag, og det betyder, at vi har brug for endnu mere ro i hovedet. Samtidig er mange også blevet mere bevidste om, hvad der sker, når vi bliver afbrudt hele tiden, og betydningen for vores stressniveau, fokus, hukommelse og effektivitet, supplerer Mette Bundgaard.

” Der er nogle, der fejlagtigt tror, at multitasking er rigtig godt; at man bliver mere effektiv - og det er det fuldstændig modsatte “



Hvornår er man mest effektiv? Ifølge Time Consult handler det om at få skabt struktur i hverdagen, så man har de bedste muligheder for at prioritere, når der opstår uventede ting. Foto: Time Consult