



2024. október 19-26. között lehetőségem volt részt venni az Effective Time Management kurzuson Máltán, a Gateway School of English szervezésében. Mivel már régóta érzem, hogy az időgazdálkodás javítása nagy előrelépést hozhatna a mindennapi feladataimban, nagy reményekkel érkeztem a programra.

A mobilitás előtt sokat olvastam Máltáról, és felkészültem a helyi kultúrából is. Tudtam, hogy ez nem csak egy szakmai út lesz, hanem egy új környezet felfedezése is. Angol nyelvi felkészítésre nem volt szükségem, hiszen a nyelvtudásom megfelelő. Azért, hogy jobban hangolódjak a kurzusra, videókat néztem a látványosságokról és arról, hogyan lehet kihozni a legtöbbet ebből a tapasztalatból.

Az időgazdálkodási tréning során rávilágítottak arra, hogy milyen fontos a feladatok megfelelő prioritizálása. Eddig is használtam naptárat, de most megtanultam, hogyan tegyem azt hatékonyabbá. A legfontosabb dolog, amit hazahoztam, az a „nagy kövek” módszere: ez segít abban, hogy először a legfontosabb, hosszú távú célokra összpontosítsak, és ne hagyjam, hogy az apróbb, kevésbé sürgős teendők elvonják a figyelmem.

A kurzus arra is megtanított, hogy a saját megújulásomra is figyeljek, és ne csak a folyamatos teljesítésre fókuszáljak. Ahogy egyre több felelősséget veszek a munkám során, elengedhetetlen, hogy időt szánjak magamra is, hogy elkerüljem a kiégést. Ezt az új szemléletet nemcsak a munkámban, de a magánéletemben is szeretném alkalmazni.

Pályázati referensként dolgozom, így az időgazdálkodás és a hatékony feladatpriorizálás létfontosságú. A kurzus óta sokkal tudatosabban kezelem az időmet, és jobban fókuszálok azokra a célokra, amelyek hosszú távon hozzájárulnak a sikereimhez. Nagy segítség volt, hogy a tanultakat már most elkezdhettem beépíteni a munkámba, és ezt a hatékonyságot a csapatommal is megosztottam.

Az, hogy nemzetközi közegben, különböző országokból érkező résztvevőkkel dolgozhattam együtt, rendkívül sok hozzáadott értéket hozott a képzésbe. Olasz, román és német kollégákkal volt lehetőségem együttműködni, és megismerni, hogy ők hogyan dolgoznak, miként tervezik a feladataikat, és milyen prioritásokat állítanak fel. A csoportok keveredése lehetővé tette, hogy még több résztvevővel megismerkedjek, ami egy újabb dimenziót adott a tanulásnak. Ezáltal nem csak szakmai, hanem kulturális ismereteim is bővültek, és megtapasztalhattam, hogyan hat az időmenedzsmentre a különböző kulturális háttér.

A kulturális programok során lehetőségünk volt mélyebben megismerni Máltát és a környező szigeteket, Gozót és Cominót is. Hajóztunk, sétáltunk a történelmi városokban, és felfedeztük a helyi kultúrát, az ételeket, és még a tengeri élővilágot is. Ez az élmény nemcsak szakmailag, hanem emberileg is gazdagított, hiszen a sziget történelme és életformája mély benyomást tett rám.

Ez az egy hét Máltán nem csak szakmai fejlődést hozott, hanem rávilágított arra is, hogy mennyire fontos a tudatos tervezés és a személyes célkitűzések meghatározása. Ezek az új módszerek segítenek abban, hogy a munkámat még nagyobb örömmel és hatékonysággal végezzem a jövőben.