

TYÖELÄMÄ

Asiantuntijat HS:lle: Melkein jokainen voi nipistää työpäivästään pois kaksi tuntia

Talouselämä | 11.5.2014 14:01

9



Colourbox

Monet työssäkäyvät ihmiset valittavat usein kiirettä ja stressiä, vaikka todellisuudessa kiireen voisi karsia tehostamalla toimintaansa, sanovat Helsingin Sanomien [haastattelemat](#) asiantuntijat.

"Suuri osa ihmisistä pystyy nipistämään työpäivästä kaksi tuntia, ja silti kaikki työt tulee tehtyä", filosofian tohtori ja yritysvalmentaja **Sampo Sammalisto** arvioi HS:lle.

Sammalisto julkaisi hiljattain kirjan nimeltä *Viisas pääsee vähemmällä*, jossa hän antaa vinkkejä työnteon tehostamiseksi.

Niin ikään työelämää ja kiirettä käsittelevän teoksen *Kiirentappoase* kirjoittanut yritysvalmentaja **Juha Wiskari** arvioi, että kiire ja stressi ovat usein työntekijän omaa syytä.

"Ihmiset valittavat kiirettä ja stressiä. Silti he säheltävät huomaamattaan koko ajan niin, että kiire lisääntyy. Mitä enemmän aikaa kuluu sähläämiseen, sitä vähemmän aikaa jää tavoitteelliselle työlle – sille, mistä palkka maksetaan", Wiskari sanoo HS:n haastattelussa.

Omilla työtavoilla ja arjenkäytöllään voi molempien mukaan vaikuttaa siihen, kuinka nopeasti työt valmistuvat.

Kiirettä aiheuttavat Wiskarin mukaan lisäksi tarpeettomat kokoukset ja mobiililaitteiden jatkuva käyttäminen.

"Ajan haaskausta ovat turhiin palaverihin osallistuminen ja älylaitteiden älytön käyttö. Älypuhelin on monelle kuin virtuaalilelu tamagochi: sitä pitää hivellä, ettei se vaan kuole."

Aiheesta lisää

[Nyt EU puuttuu työpaikkastressiin](#)

7.4.2014

[Stressi iskee usein tämän salaliittolaisen kanssa - Yleislääke](#)
[tuhokaksikon torjuntaan ei maksa mitään](#)

17.3.2014

TALENTUM

URATIE

SUMMA

Hesari nimitti uusia esimiehiä **M&M** 09.01.2014
HS perusti editoija-armeijan - nyt vähenevät virheet lehdessä **M&M**
15.01.2014
Hesarin päätoimittajat nokkapokassa **Kauppalehti** 26.09.2013
Asiantuntijat HS:lle: Hallituksen arvio velkaantumisen taittumisesta
liian optimistinen **Talouselämä** 19.06.2014
Hesari nimitti uusia toimituspäälliköitä ja Nyt-liitteelle uuden
esimiehen **M&M** 23.10.2013

ILMOITUS, SISÄLTÖ JATKUU ALLA

YHTEISTYÖKUMPPANIN TUOTTAMAA SISÄLTÖÄ



Tulevaisuuden toimisto on kohtaamispaikka

Työkulttuuri on isossa muutoksessa ja vinhaa vauhtia kehittyvä teknologia luo koko ajan uusia mahdollisuuksia työn tekemiseen. Teknologian ansiosta työ voi seurata moneen paikkaan - kotiin, bussiin, mökille, junaan tai kahvilaan - ja silti samaan aikaan työn rooli elämässä on erilainen kuin ennen. Uudet sukupolvet tekevät työtä kenties intensiteetillä ja intohimolla, mutta kun vapaa-aika koittaa, ei työasioita haluta miettiä..

Lue lisää >>

ILMOITUS, SISÄLTÖ JATKUU ALLA



Del(egoi)
– mm. tästä puhutaan
lokakuussa.

7.–8.10.2014 • Pörssitalo, Helsinki

SOFTWARE QA & TESTING SUMMIT! 2014