

Upravljanje s časom in črna luknja aplikacij

EVA JAGODIC

Oni dan sem se po dolgem času sestala s starim prijateljem in v najhujši poletni vročini sva oba namesto hladnega piva, kot je v takih dneh navada, raje srebrala ledeni čaj. Rekel je, da se v velikem loku izogiba alkoholu oziroma kakršnim koli stimulativnim substancam, odkar je pred dobrim letom in pol doživel živčni zlom. Zaradi preobremenjenosti z delom, preveč stresa in neučinkovitega spopadanja z vsakodnevnimi obveznostmi so stvari prišle tako daleč, da ni potreboval le zdravljenja, pač pa je bil prisiljen popolnoma spremeniti način življenja. Zamenjal je službo, odpovedal se je večini svojega socialnega življenja, spremenil je način prehranjevanja, drugače je začel dojemati, katere stvari so pomembne in katere ne, in nasploh je svoje življenje popolnoma postavil na glavo. Ko sva se videla tokrat in sem ga povprašala po počutju, mi je suvereno zatrdil, da se počuti super. Opravil je obvezne terapije ter uspešno organiziral svoj čas in obveznosti, tako da se ne počuti več, kot da plava. Povedal mi je, da je »zdej našu en tak app za meditacijo pa dihalne tehnike pa tko, k je res ful v redu. In če je kdaj še kaka kriza, pol si tist pržgem in pomaga. Mislm, sej ni nč, več al manj maš take programčke, kako dihat pa tko, ampak je res ful v redu.«

On je našel »en tak app«. Seveda me je premagala radovednost in sem si na svoj telefon še isti večer tudi sama naložila to aplikacijo. Prvo spoznanje? Cena za duševni mir in dober spanec je – 42,99 EUR/leto. Drugo spoznanje? Aplikacija ima več kot 10 milijonov uporabnikov, ki se jim zadeva očitno zdi vredna tega denarja. Pa pravzaprav ne vem, zakaj me to sploh še čudi. Danes vsi veliko raje prisegamo na mobilne aplikacije kot na kar koli drugega (zlasti pa ne na medčloveški stik). Ker nam pri tem ni treba z nikomer komunicirati in se nikomur izpostavljati, ker je dostopnejše, predvsem pa hitreje. Danes tako pač je: vse se mora zgoditi hitro, tu in zdaj. Zakaj bi probleme reševali na dolgi rok, če pa obstaja aplikacija, ki ti, tako trdijo uporabniki, pomaga že ob prvi uporabi.

Takšne in drugačne aplikacije so danes postale rešitev za praktično kar koli: od bančnih poslov in osebne rasti do nadzоровanja, kje je in kaj trenutno počne vaš otrok. Vsi poznamo citat »Za vsako bolezen rož'ca raste.«, ki pa bi ga lahko že zdavnaj posodobili kot »Za vsak problem se aplikacija najde.«. Prijateljeva izkušnja z meditacijsko



aplikacijo me je zapeljala v raziskavo o tem, kakšne aplikacije še lahko najdem, da mi bodo pomagale spraviti življenje v red, da bom lažje balansirala delo, obveznosti in prosti čas, da se bo glava lažje osredotočala na posamezne elemente in da mi v dnevu ne bo zmanjkalo ur, v katerih lahko vse to opravim. Pred mano se je odprla črna luknja, ki ji ni videti ne konca ne kraja. Obstajajo ekološke aplikacije za motivacijo pri osredotočanju: vsakič, preden se lotimo dela, naloge, opravila, v aplikaciji posadimo drevo. Nastavimo, koliko časa želimo posvetiti določeni nalogi, in če se pritaknemo telefona, preden ta čas poteče, drevo umre, v nasprotnem primeru pa uspešno zacveti. Obstaja tudi gora aplikacij, ki merijo, koliko svojega časa posvetimo posamezni dejavnosti, in nas opozarjajo na to, kje ga porabimo preveč ali premalo. Nekatere to sporočajo v tortnih diagramih, druge v stolpcih ... Mnogo in še več je seveda takih aplikacij, ki nam pomagajo spremljati, katere naloge smo že opravili in katerih ne. Od tega, da moramo po mleko v trgovino in da je treba na dan popiti dva litra vode, pa do tega, koga moramo poklicati in kateri članek je treba oddati. Vse tisto torej, kar smo včasih pisali na lepljive listke, ki smo jih polepili po mizi, ekranu, predalih, steni ..., le da je tu vse organizirano v ličen seznam, na katerem dejavnost, ko jo opravimo, preprosto odključamo in gremo dalje. Prijateljica, ki je nekoč začela uporabljati eno takšnih aplikacij, me je dolgo prepričevala, da je precej bolj zadovoljivo, če vidiš pred seboj seznam odključanih stvari, kot pa, če samo strgaš listke in jih pomečeš v koš. Obstajajo tudi aplikacije, ki pospešijo nekatere vsakdanje opravke: od hitrega deljenja slik in drugih datotek, skupnega urejanja dokumentov, ne da bi bilo potrebno medsebojno pošiljanje, do deljenja koledarja z izbrano skupino ljudi, da staršev ni treba niti več poklicati, kdaj imaš čas za kosilo, ker to itak že vidijo v tvojem koledarju. Moja absolutno najljubša aplikacija, na katero sem naletela, pa je zagotovo tista z najbolj pretencioznim imenom. In na tem mestu naj se mi odpusti, če z omembo imena delam reklamo, a samo tako lahko potrdim, da če človek svojo aplikacijo poimenuje MyLifeOrganized, potem si je zastavil res visokoleteče cilje. Take, ki jim očitno lahko sledi samo sto tisoč ljudi. Ker aplikacije nisem podrobneje raziskala, žal ne morem izdati skrivnosti za organizirano, srečno in mirno življenje, a nekaj mi pravi, da tega s preprosto mobilno aplikacijo tako ali tako ni mogoče doseči.

A kaj se zgodi, če pobližje pogledamo, kaj je vsem aplikacijam skupnega? Kmalu ugotovimo, da se vsaka od njih osredotoča predvsem na eno stvar – čas in produktivno, učinkovito porabljanje in upravljanje le-tega. In ne moremo zanikati, da je prav čas tisto, česar nam dandanes primanjkuje. Vsi smo neprestano v naglici, vsem nam manjka ur, v katerih bi lahko opravili delo, ki smo si ga naložili, nihče več ne najde časa za spanje in počitek, za prijatelje in znance; zdi se, da so edina stvar, za katero imamo čas čisto vsi, družbena omrežja.

A to je že druga zgodba. Tista, ki se začne s čudovito poslovenjeno besedo prokrastinacija. Preveč dela, prehudi pritiski, premalo časa in previsoka pričakovanja so pač odlični recept, da te odvrnejo od dela in pahnejo v to, čemur smo včasih rekli zapravljanje časa. Odlaganje. Zavlačevanje. »Česar ti ni treba storiti danes, odloži na jutri,« pravi star slovenski pregovor (ali bi vsaj moral). Ampak le kako ne bi človek odlašal in zavlačeval, ko pa je včasih





Ajda Smrekar, Matej Puc

to edini obrambni mehanizem, ki nam še ostane, zato da naše duševno zdravje ne popusti. Ne morem spregledati dejstva, da zadnje čase okrog sebe spremljam vedno več ljudi, ki zaradi preveč obveznosti ali prevelikih pričakovanj končajo pri takšnih in drugačnih zdravnikih. Prvič sem na to naletela v gimnaziji, ko kar dvema sošolkama ni več uspelo usklajevati šole, hobijev, hormonov in pričakovanj okolice. Ko smo prilezli v srednja in pozna dvajseta, je število tistih, ki niso zmogli več, samo še naraslo. Hkrati pa lahko spremljam tudi nekoliko starejšo generacijo, tisto nad petdeset, pri kateri se stres in pritiski morda ne kažejo tako močno v slabšem psihičnem zdravju, ji pa zato prežgodaj začne popuščati telo.

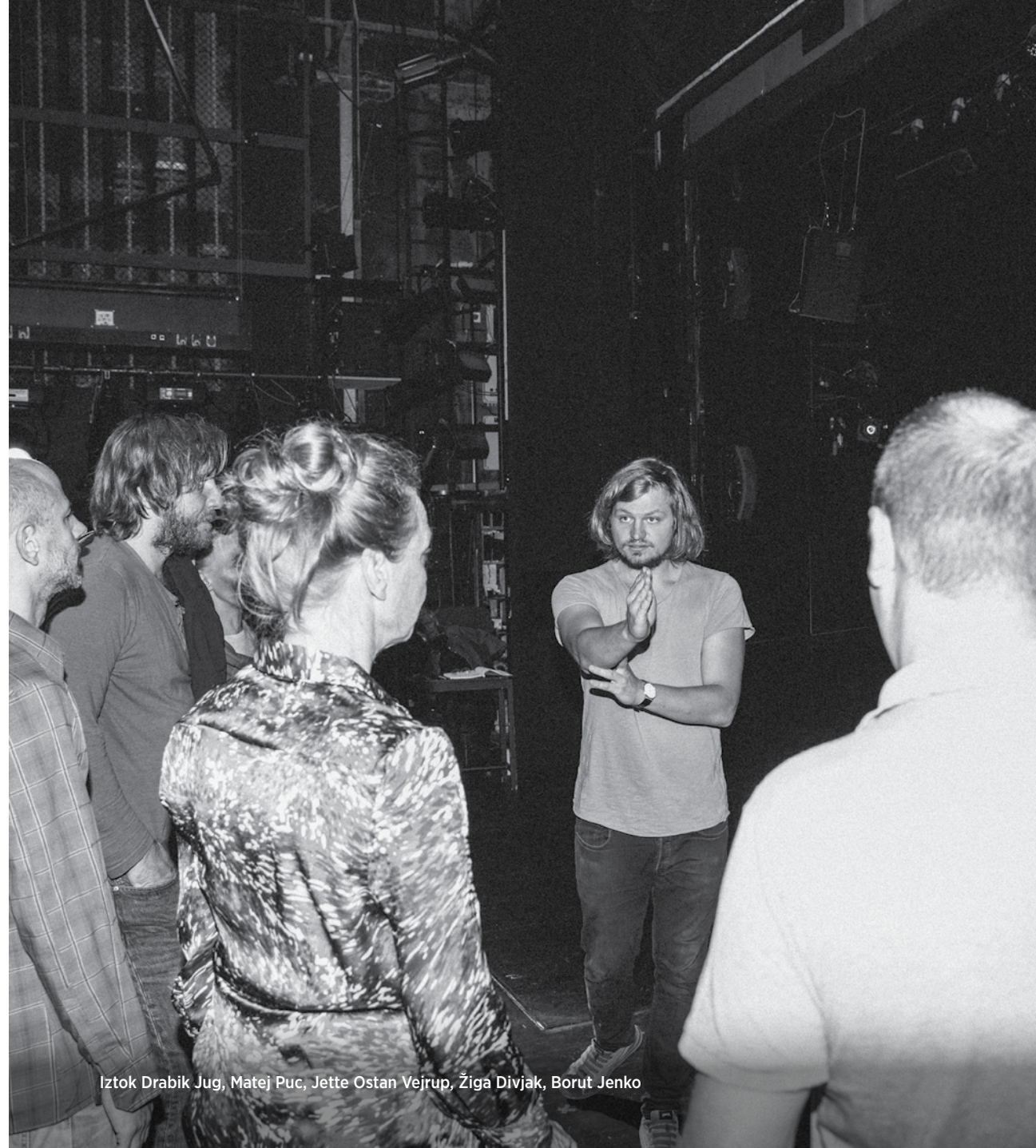
Četudi je res, da naša psihična obremenitev pogosto izhaja iz previsoko zastavljenih ciljev in prevelikih pričakovanj, drži tudi, da je organizacija družbe danes precej drugačna, kot je bila še pred tridesetimi leti, in si včasih preprosto ne moremo privoščiti, da ne bi bili boljši ali vsaj v koraku z vsemi drugimi. Preobrazil se je zlasti trg dela in časi služb z rednim osemurnim delavnikom so že davno minili. Danes, če imaš srečo in se lahko zaposliš na delovnem mestu z vsaj približno spodobnim plačilom, moraš že v začetku vedeti, da lahko pričakuješ tudi veliko število neplačanih nadur. In dodatnih nalog, ki v resnici niso v tvoji pristojnosti, a nekdo jih pač mora opraviti, saj je bilo delovno mesto tistega, ki je bil za to pristojen, itak (v času finančnih rezov) že davno ukinjeno. Za vse druge pa velja, da pograbi, kar ti pride pod roke, in ne bodi izbričen. Tako je tudi za samozaposlene, samostojne podjetnike in druge. Če ti ponudijo, boš vzel, ker veš, da čim boš zavrnil, ti nikoli več ne bodo ponudili. Zavedaš se, da četudi plačilo ni bajno, je vsak posel boljši kot nič, zato ga vzameš. In sprejmeš tudi naslednjega. In naslednjega. In zgoditi se ti, da se utapljaš v delu, ne uspe se ti več zorganizirati in kar naenkrat je pritisk prevelik, stresa preveč in ... In spet smo na začetku. Tako ali tako si si pa sam kriv; kaj pa ne uporabljaš ene od tehnik upravljanja s časom, ki bi ti pomagale, da bi bil kos vsem nalogam. Zakaj denimo ne uporabiš tehnike *pomodoro*? Ker kaj je bolj zdravo kot paradižnik! V vsej resnosti naj zabeležim, da ta tehnika dejansko obstaja in temelji na predpostavki, da si moramo svoj čas razdeliti v 25-minutne intervale, ker dlje naši možgani niso sposobni učinkovito delovati. Seveda obstajajo tudi preprostejše, bolj plebejske logike. Take narekujejo naslednje: črtaj vsa nenujna opravila, vnaprej načrtuj delo, opravljaj več nalog hkrati, iz okolja odpravi vse moteče dejavnike. Na tem seznamu je fascinantna zlasti tista postavka o opravljanju več nalog hkrati, gre za tako imenovani *multitasking*. Dandanes očitno ni več pomembna kakovost opravljenega dela, pač pa samo še to, da je naloga opravljena v zadanem roku – saj si ne znam predstavljati, kako bi lahko človek katero koli nalogo opravil stoodstotno, pa četudi gre le za brisanje prahu, če se obenem ukvarja še z drugo stvarjo, ki prav tako zahteva svojo raven koncentracije. Vse skupaj me spomni na Ježkovo pesem o pisalnem stroju, na katerega je sredi noči »nujno, nujno, tu se ni za igrat!« moral spisati referat, ki »ga nihče ne bo nikoli na tem svet šel brat«.

Na račun pomanjkanja časa pa dandanes izgubljam še eno stvar, to je stik z drugimi. Komunikacija se je preselila na splet, ker je tako lažje in hitreje. Nihče nikogar več ne pokliče, saj to traja, raje pošljemo samo sporočilo.

Za kavo se srečamo samo še ob posebnih priložnostih, družino obiščemo, ko kaj potrebujemo, in neznancem namenimo nasmeh in pozdrav samo še takrat, ko smo res dobro razpoloženi in ne brzimo v naglici mimo. Pač ni časa. Res, saj bi prišla na obisk, ampak saj veš, kako je ... pa služba pa otroci, in potem je treba skuhati in oprati in rojstni dnevi in rekreacija, pa na vrtu je treba še kaj narediti ... ne gre, žal. Aha, ja, za vikend smo pa na izletu, če slučajno dobimo prosto v službi ali če nimamo kakšnega projekta, ki ga je treba izpeljati, kakšnega članka, ki ga je treba oddati. Ja, če mi poveš res veliko vnaprej, si bom zabeležila in si zagotovo vzela čas! Aja, veš, kaj, takrat imam pa ravno eno zadevo, tukaj v planerju mi piše ... Ti, a veš, kako se zmeniva? Zadnjič sem odkrila eno super aplikacijo, ki ti pomaga razporediti čas in narediti urnik. In lahko svoj urnik deliš z drugimi, da vidite, kdaj ima kdo čas, in se lahko uskladite. Pošlji mi svoj urnik, jaz pa bom pogledala, kaj od tega bi mi ustrezalo, in se slišiva. Ja, ja, ti pošljem SMS, obljubim. Ja, res se že predolgo nisva videli, morava se nujno dobiti na kavi, jaz povabim!

Sicer pa nam kratka raziskava pokaže, da obstaja tudi aplikacija, preko katere drugi osebi na daljavo kadar koli lahko plačaš kavo pri izbranem ponudniku. Pozabite čase, ko si kavico lahko počastil samo takrat, ko sta se s prijateljem skupaj usedla in poklepetala, tako ali tako sta s tem samo izgubljala čas. Čas pa je sila pomemben in vedno ga je premalo. Razen za nekatere, nekateri iz neznanega razloga vedno najdejo čas za vse. Za redno službo, stranske projekte, vsaj dva hobija, vmes podrejo kak svetovni rekord, izumijo kakšno stvar, posnamejo film, vzgojijo otroka, pridelujejo biološko pridelane vrtnine in za povrh ostanejo na tekočem z vsemi aktualnimi televizijskimi serijami in filmi. Morda imajo na svojem mobilnem telefonu časotresk, časovni stroj ali časopotovalno aplikacijo, kdo bi vedel! Gotovo je vsekakor eno: nikar ne jamrajte, da ne utegnete ali da vam je zmanjkalo časa, ker se bo vedno našel nekdo, ki bo rekel: »Zakaj pa potem njemu uspe?!«

Sicer pa je čas tako ali tako relativen. Pa ne zato, ker je tako rekel kak veliki mislec, ampak ker to na lastni koži lahko potrdimo čisto vsi, ki smo se kadar koli vozili z ljubljanskim javnim potniškim prometom. Ena minuta pač ni, nikoli ni bila in nikoli ne bo enaka eni LPP-minuti. A to je že neka druga zgodba.



Iztok Drabik Jug, Matej Puc, Jette Ostan Vejrup, Žiga Divjak, Borut Jenko