

Σενάριο 1 Γενική συζήτηση – Εργαζόμενος

Ζήτησες από τον προϊστάμενό σου να κάνετε μια συνάντηση με σκοπό να συζητήσετε για το φόρτο εργασίας γενικά.

Πιστεύεις ακράδαντα ότι είναι πολύ σημαντικό να μειωθεί ο αριθμός των εργασιών που σου προωθεί συνεχώς και προφανώς χωρίς πολύ σκέψη.

Επιπλέον πιστεύεις ότι είναι απόλυτα απαραίτητο να υπάρχει ο κατάλληλος χρόνος που θα σου επιτρέψει να ξεκουραστείς και να ανακτήσεις ενέργεια, ώστε να παραμένεις σε υψηλά επίπεδα απόδοσης.