

## Timefinder my Lifesaver!

Min arbetsdag började när jag steg upp på morgonen med att fundera och planera alla mina projekt och arbetsuppgifter jag hade i mina tankar. Ibland kan jag inte äta frukost hemma då jag var tvungen att göra något jag missat dagen innan och sedan blev det en joggingtur till bussen.

På arbetsplatsen gjorde jag mina arbetsuppgifter exemplariskt men när klockan sa att det var dags att åka hem och hämta barnen så var jag inte färdig och fick i panik slå igen min laptop och springa till tunnelbanan för att hinna med tåget hem. Jag hämtade mina barn sist på fritids och min tid hemma gick åt till att arbeta färdigt. Jag var inte på så gott humör och klarade inte motgångar med ödmjukhet vilket resulterade i konflikter med mina familjemedlemmar.

Dagliga sysslor i hemmet blev inte av och helgerna räckte inte till för att återhämta sig. Efter att min hälsa blivit eftersatt av all stress och en doktor ställt diagnosen att mina krämpor är beroende på min livssituation bestämde jag mig för att göra något åt situationen.

På ett företagarmöte kom jag i kontakt med Maria Breitholtz på Time Finder och jag berättade att jag behövde få ordning på min arbetssituation.

Efter ett tag hade vi bokat en Bootcamp på mitt kontor och arbetet kunde starta. Med små enkla medel och små steg i taget skedde förändringen. Jag gick in med öppna ögon och arbetade målmedvetet med vägledningen från Maria. Maria var på mig som en hök men det var fantastiskt bra och fick mig att arbeta konsekvent med programmet. Från att ha 200 mail i inboxen avslutade jag min dag med inga alls i inboxen. Jag har ett rent skrivbord och har nu haft det varenda dag sedan jag inledde mitt arbete med Time Finder. Det är en fantastisk skön känsla att ha kontrollen över sin egen arbetssituation. Min vardag är strukturerad och mycket om inte väldigt mycket flexibel och jag hanterar mina arbetsuppgifter efter min tid. När dagen är slut kan jag släppa mina arbetsuppgifter både fysiskt och i mina tankar. Vissa dagar är det helt galet mycket men det kan jag hantera och det blir aldrig en belastning för mig. Det är nu lätt att arbeta ikapp nu när allt är "tok" organiserat.

Jag har hittat mycket mer tid i min vardag så jag har till och med tagit på mig mer uppdrag vilket resulterat i mer debiterbar tid och som konsult är det A och O för verksamheten.

Hemma är jag den glada person som jag egentligen är. Jag kan umgås mycket mer med mina barn och jag har praktiskt taget eliminerat konflikter och gräl. Jag har fått mycket positiv feedback från min familj som verkligen känt en förvandling av Johan.

Sist men inte minst, jag har hittat tid för mig. Min alldeles egna tid som jag kan göra vad jag vill med.

Time Finder blev min Life Saver.

Tack Maria Breitholtz!

Vänliga hälsningar,

Johan Liderfors, Projektledare.

Stockholm 2010-11-19