



Poštovani čitatelji, članovi i prijatelji CROLABA

Pred vama je još jedno e-glasilo CROLAB-a kojim želimo informirati sve naše članove i poklonike o aktivnostima naše udruge i novostima bitnim tijelima za ocjenu sukladnosti za njihov rad – laboratorijima te inspekcijskim i certifikacijskim tijelima.

U ovom broju izvješćujemo o uspješno održanoj 19. međunarodnoj konferenciji *Kompetentnost laboratorija* 23. do 25. listopada 2024. na Brijunima. Ujedno koristimo priliku da vas pozovemo na sljedeću, jubilarnu dvadesetu konferenciju **Kompetentnost laboratorija koja će se održati 12. do 14. studenoga 2025. u Zadru**, u hotelu Kolovare. Sve vas srdačno pozivamo, pribilježite si te datume u svojim kalendarima i pridružite nam se kao sudionici konferencije, predavači, prezenteri postera, sponzori i pokrovitelji.

Pročitajte još i o aktivnostima Crolaba tijekom godine, poziv na sudjelovanje u međulaboratorijskom ispitivanju u području hrane te novostima iz akreditacije i normizacije.

Svim čitateljima želimo ugodan nastavak poslovne godine.

Vjekoslav Živković, predsjednik CROLAB-a

Održana 19. međunarodna konferencija Kompetentnost laboratorija 2024.

Uspješno održana

19. međunarodna konferencija Kompetentnost laboratorija 2024.

23. do 25.10.2024.
Brijuni

CROLAB-ova 19. međunarodna konferencija Kompetentnost laboratorija 2024. održana je na Brijunima, hotel Istra - Neptun od 23. do 25. 10. 2024. godine. Ugostili smo više od 125 sudionika, a među njima i kolege iz susjednih zemalja i drugih europskih država. Tijekom konferencije sudionici su imali priliku sudjelovati u bogatom programu predavanja, radionica i diskusija.



Službeno otvaranje konferencije održano je u dvorani Verige, gdje su uvodnu riječ i pozdravne govore uz predsjednika CROLAB-a održali i predstavnici suorganizatora. Plenarna predavanja održali su g. Paolo Moscatti, predsjednik EUROLAB-a na temu digitalizacije i održivog upravljanja, naglašavajući

važnost ljudskog faktora te gđa. Laura Martin, glavna tajnica EUROLAB-a predstavivši rad udruge u Bruxellesu. Gđa Paula Markoč iz Nacionalnog parka Brijuni je prezentirala ulogu laboratorija u projektima nacionalnog parka Brijuni.

**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni



19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.

23. do 25.10.2024.
Brijuni



U sklopu otvaranja prisjetili smo se profesorice Štefice Cerjan Stefanović, dugogodišnje predsjednice CROLAB-a te aktivnog člana sve do svoje smrti u kolovozu 2024. godine.



Nakon svečanog otvaranja, rad se odvijao u paralelnim sekcijama kroz predavanja i okrugle stolove.

Predavanja iz kluba analitičkih laboratorija obuhvatila su aktivnosti EURACHEM-a, ispitivanja mlijeka, primjeni DNA barkodiranja u šumskim ekosustavima, ocjenjivanju sukladnosti kao preduvjetu stavljanja proizvoda na tržište, a raspravljalo se i o ciljevima kvalitete kao ključnim pokazateljima uspješnosti

19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.

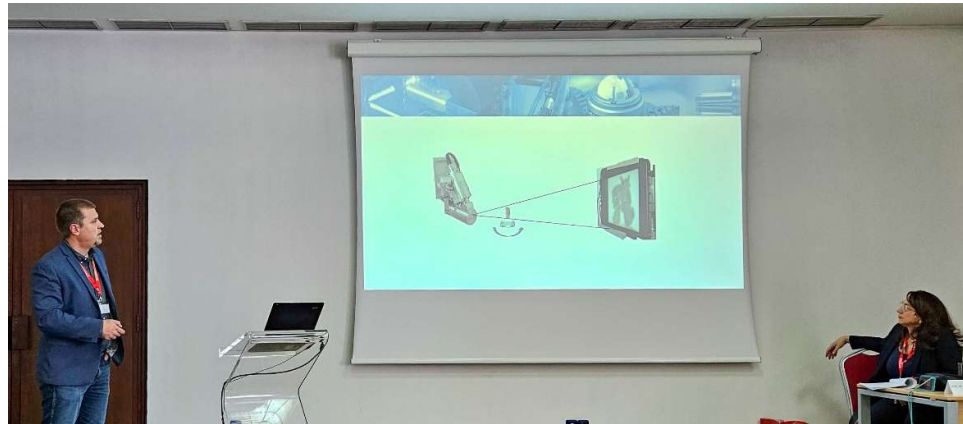
23. do 25.10.2024.
Brijuni



**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni

U sklopu kluba umjernih laboratorija prezentirani su rezultati projekata osiguranja mjerne sljedivosti kod preciznih mjerenja duljine u industriji, ispitivanjima temperature i vlage, te umjeravanju mjeriteljskih CT skenera.



Poseban tematski blok bio je posvećen kibernetičkoj sigurnosti i digitalizaciji s posebnim osvrtom na zahtjeve za akreditaciju u ovom području.

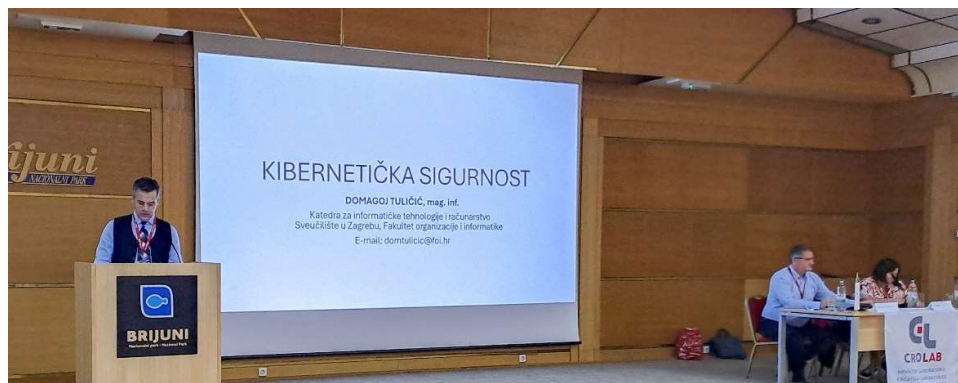
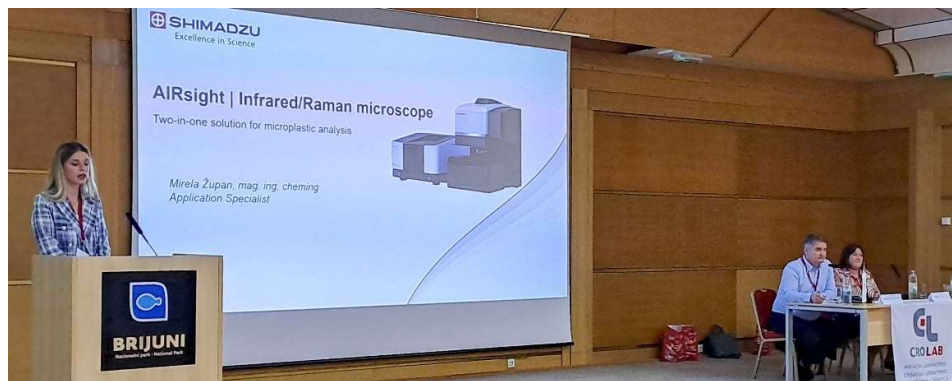


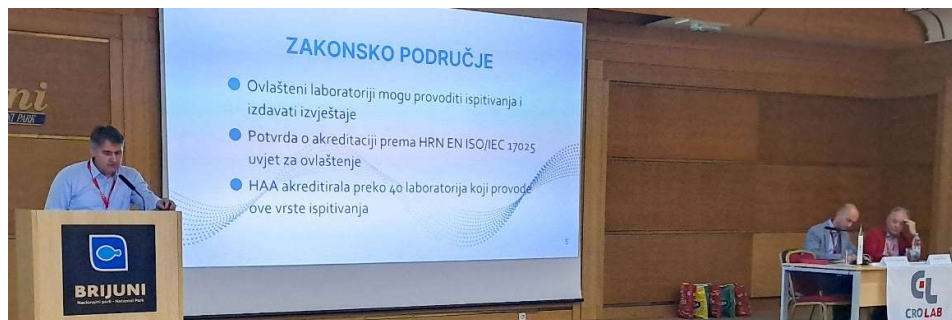
Održana su vrlo informativna predavanja o osiguranju autentičnosti i neporecivosti rezultata ispitivanja (Pardus d.o.o.), o sinergiji inovacija – uloga Lab Sense u suradnji sa znanstvenim institucijama te o Shimadzuovim rješenjima za analizu mikroplastike.



19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.

23. do 25.10.2024.
Brijuni





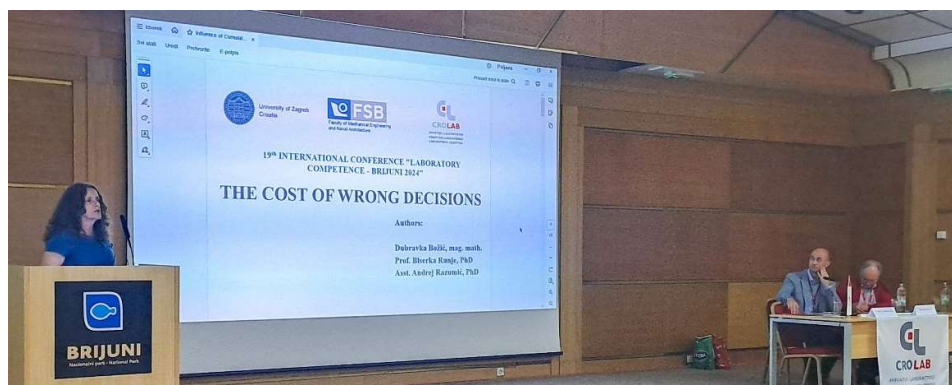
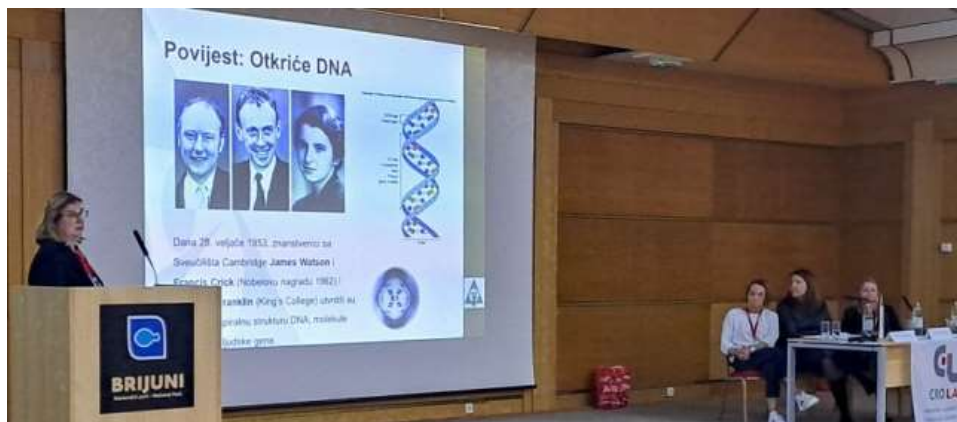
19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.

23. do 25.10.2024.
Brijuni



**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni



**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni



Već tradicionalno posterska je sekcija sadržavala brojne kratke prezentacije i zanimljive diskusije.



U sklopu kluba ispitnih laboratorija prezentirani su rezultati ispitivanja sposobnosti u području vodoopskrbe i odvodnje, prisutnosti droga i čestica mikroplastike u otpadnim vodama te troškovi pogrešnih odluka.

Konferencija je zaključena forumom o novostima i izazovima u području akreditacije, nakon čega su predsjedavajući rezimirali ključne zaključke i

zatvorili službeni dio programa.

Konferencija "Kompetentnost laboratorija" pružila je izvrsnu platformu za razmjenu znanja, inovacija i jačanje suradnje među stručnjacima iz cijele regije.

**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni



19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.

23. do 25.10.2024.
Brijuni



**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni



19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.

23. do 25.10.2024.
Brijuni



Uoči konferencije održana je radionica bez kotizacije za sve sudionike na temu timskog rada u laboratoriju koju je vodila Olga Štajdohar-Pađen, predsjednica odbora za izobrazbu CROLAB-a.



**19.
međunarodna
konferencija
Kompetentnost
laboratorija
2024.**

23. do 25.10.2024.
Brijuni

Više od 50 sudionika imalo je priliku raspravljati o važnosti suradnje i učinkovite komunikacije unutar laboratorijskih timova. Radionica je obuhvatila teme kao što su Različiti radni stilovi i prepoznavanje vlastitog radnog stila, Vrste osobnosti i uloge pojedinih članova tima, Izazovi izgradnje odnosa u timu, Pogreške kod sastanaka te Problemi i rješenja za posebne situacije u interakciji članova tima.

Kao i uvijek, nije izostalo zajedničko fotografiranje.



**Vijesti naših
članova**

***Poziv na
sudjelovanje u
među-
laboratorijskim
ispitivanjima u
području hrane***

**Međulaboratorijsko ispitivanje u području hrane
- poziv na sudjelovanje**

Poštovani članovi CROLAB-a – Sekcije za hranu (SEH-a), sadašnji i budući, poštovani predstavnici akreditiranih laboratorija i laboratorija subjekata u poslovanju s hranom,

sa zadovoljstvom Vam najavljujemo da će Sekcija za hranu udruge CROLAB organizirati međulaboratorijsko ispitivanje sadržaja deoksinivalenola (DON-a) u uzorku pšenice.

Cilj ovog međulaboratorijskog usporedbenog ispitivanja je da laboratoriji sudionici provjere uspješnost provedbe svojih ispitnih metoda za određivanje sadržaja DON-a te utvrde stupanj usporedivosti rezultata između laboratorija sudionika, neovisno o metodi ispitivanja koju laboratoriji upotrebljavaju.

Uzorci za međulaboratorijsko usporedbeno ispitivanje biti će pripremljeni od strane Podravke d.d., samljeveni i homogenizirani u suradnji s firmom Noack u laboratoriju Neogen u Škotskoj, a statističku obradu rezultata napraviti će Agronomski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zavod za mljekarstvo.

Molimo Vas da do **14.04.2025.** na e-mail adrese tajnistvo@crolab.hr i vesna.popijac@podravka.hr pošaljete odgovor želite li sudjelovati u međulaboratorijskom usporedbenom ispitivanju.

U slučaju da želite sudjelovati molimo Vas da odmah pošaljete kompletnu poštansku adresu i ime kontakt osobe kako bismo Vam mogli poslati uzorak za

ispitivanje i započeti s realizacijom međulaboratorijskog usporedbenog ispitivanja.

Sudjelovanje u ispitivanju kao i dostava uzoraka laboratorijima sudionicima neće predstavljati dodatni trošak, znači sudjelovanje je dragovoljno, bez naplate troškova sudjelovanja i dostave uzoraka. Organizatori ispitivanja nisu akreditirani u skladu s normom EN ISO/IEC 17043.

Vijesti naših članova

Anonimizirani rezultati međulaboratorijskog ispitivanja bit će prezentirani na 20. Međunarodnoj konferenciji Kompetentnost laboratorija koju CROLAB organizira 12.-14. 11.2025. u Zadru.

mr.sc. Vesna Popijač
Predsjednica SEH-a, dopredsjednica CROLAB-a

Poziv na sudjelovanje u među-laboratorijskim ispitivanjima u području hrane

Vesna Popijač
KONTROLA KVALITETE
DIREKTOR SLUŽBE KONTROLA KVALITETE
M +385 98 490 157
E vesna.popijac@podravka.hr
Ante Starčevića 32,
48000 Koprivnica, Hrvatska



Stvaramo ukusniji svijet.
Uvijek sa srcem.

Radionica pod nazivom "Digitalizacija procesa u laboratoriju" održana je 6. prosinca 2024. na Fakultetu šumarstva i drvne tehnologije Sveučilišta u Zagrebu

CROLAB Klub analitičkih laboratorija održao radionicu

6.12.2024.

Digitalizacija poslovnih procesa predstavlja značajan korak prema unapređenju operativne učinkovitosti (povećanje produktivnosti) i smanjenju troškova. Na radionici su pokazani primjeri kako digitalizacija može unaprijediti svakodnevne operativne procese u laboratoriju.

Prikazana su i praktična rješenja i smjernice za uspješnu digitalnu transformaciju kroz integraciju različitih aplikativnih sustava, edukaciju zaposlenika, osiguranje podataka i kontinuiranu prilagodbu tehnologijama.

Radionica je pomogla sudionicima poboljšati svoja saznanja o unaprjeđivanju razmjene podataka i optimiziranju poslovnih procese te dobiti dio odgovora na izazove modernog poslovanja kroz inovativna tehnološka rješenja.

Posebna pažnja bila je posvećena razmjeni iskustava polaznika i predavača.

CROLAB Klub
analitičkih
laboratorija
održao
radionicu

6.12.2024.



Voditeljica radionice bila je Ivana Vladimira Petric, a predavači Iva Sabljak i Tomislav Kelemen
Za članove CROLAB-a ova radionica je bila bez kotizacije.

Sa zadovoljstvom izvješćujemo da su nam se u međuvremenu pridružili:

**Novi članovi
CROLAB-a**

- Fditas d.o.o.
- Geotehnički laboratorij Varaždin
- Rimac Technology Laboratories
- ELDA d.o.o. - ELDA Laboratorij
- Geotech d.o.o. - Laboratorij za geotehnička ispitivanja
- C-PHARM d.o.o.

Želimo im srdačnu dobrodošlicu



CROLAB možete pratiti i na LinkedInu, najvećoj poslovnoj društvenoj mreži, potražite nas pod jednostavnim imenom CROLAB

CROLAB je prisutan i na LinkedInu



Broj pratitelja raste, što nas svakako veseli, a na nama je da vam pružimo sadržaj vrijedan čitanja, a pozivamo vas da nam se u tome pridružite.

Obavijest akreditiranim tijelima o promjeni učestalosti redovnih nadzornih pregleda

10. siječnja 2025.

Vijesti iz akreditacije

Hrvatska akreditacijska agencija (HAA) obavještava sva akreditirana tijela da je 8. siječnja 2025. godine stupila na snagu Odluka o promjeni učestalosti nadzornih pregleda.

Ovom Odlukom se mijenjaju pravila za provedbu redovnih nadzora, opisana u tč. 4.3. Pravila HAA 2/1, na sljedeći način:

Prvi redovni nadzorni pregled u pravilu se provodi u razdoblju od 9 do 12

mjeseci nakon ocjene na licu mjesta, ovisno o preporuci Odbora za akreditaciju i odluci ravnatelja HAA.

Nakon toga, redovni nadzorni pregledi u pravilu se provode **svakih petnaest (15) mjeseci**.

Za sva pitanja vezana za akreditacijski postupak, akreditirana tijela se mogu obratiti svom voditelju postupka.

www.akreditacija.hr

**Vijesti iz
akreditacije**

Akreditacija u području emisija stakleničkih plinova

30. listopada 2024.

Emisije stakleničkih plinova i povezane akreditacije mogu biti u obveznom i dragovoljnom području. HAA akreditira verifikacijska tijela za verifikaciju izvješća o emisijama stakleničkih plinova (EU ETS).

Akreditacijski postupak se provodi prema zahtjevima HRN EN ISO/IEC 17029:2019 i HRN EN ISO 14065:2021.

U drugim područjima verifikacije npr. emisije stakleničkih plinova u pomorskom prometu MRV ili ugljični otisak, HAA ne provodi postupke akreditacije.

www.akreditacija.hr

<https://webstore.iec.ch/en/publication/88493>

**Novosti iz
normizacije**

IEC Technical Report 63519

IEC TR 63519:2024

Aspects and understanding of measurement uncertainty - Background information on measurement uncertainty based on the example of IEC TC 85 (Measuring equipment for electrical and electromagnetic quantities)

IEC TR 63519:2024 provides information on terminology and general concepts in the determination of measurement uncertainties (MU). It focuses on application aspects based on the example of IEC TC 85 (Measuring equipment for electrical and electromagnetic quantities) and shows the opportunities and implications for further use of measurement uncertainties.

Measurement uncertainties are relevant for metrological compatibility and metrological traceability. Therefore, information on the role of measurement uncertainty in decisions or conformity assessments is given.

References to documents, standards and guidelines are made but only key results will be stated.

<https://www.iso.org/standard/83022.html>

**Novosti iz
normizacije**

ISO 33406:2024

Approaches for the production
of reference materials with
qualitative properties

Published (Edition 1, 2024)

<https://www.iso.org/standard/29358.html>

**Novosti iz
normizacije**



ISO/IEC TS 17035:2024

Conformity assessment — Guidelines for
validation and verification programmes

Published (Edition 1, 2024)

[Read sample](#)

KLUB ANALITIČKIH LABORATORIJA - KAL

**Klub
analitičkih
laboratorija**

Udruživanjem u CROLAB - KAL ostvaruje se međusobna pomoć i razmjena iskustava u dokazivanju tehničke kompetentnosti akreditacijom prema hrvatskim i europskim normama. Tako KAL laboratoriji postaju prepoznatljivi i priznati na međunarodnoj razini i ravnopravno mogu konkurirati u Hrvatskoj i Europi.

Laboratoriji KAL posjeduju iskustvo u analizi, imaju stručne i osposobljene kadrove, posjeduju modernu opremu.

Djelatnost KAL-a vezana je uz razmjenu iskustva, referentne materijale, edukaciju, organizaciju međulaboratorijskih poredbenih ispitivanja i izradu baze podataka o

instrumentaciji i mjerno/ispitnoj opremi u svim laboratorijima uključenim u ovaj klub. Naglašeno je povezivanje laboratorija KAL-a, fakulteta i industrije kao i međunarodna suradnja.

PREDSJEDNICA KAL-a je dr.sc. Ivana Vladimira Petric

U KAL-u djeluje Sekcija za hranu (predsjednica je Mr.sc. Vesna Popijač) te Sekcija za okoliš (predsjednica je dr. sc. Tamara Jakovljević)

Klub ispitnih laboratorija

KLUB ISPITNIH LABORATORIJA – KIL

Područja ispitivanja kojima se laboratoriji u sustavu KIL bave vrlo su raznolika: od toplinskih mjerenja i termičke karakterizacije preko protueksplozijske zaštite, ispitivanja tekstila, kože, obuće, namještaja, proizvoda iz građevinarstva i građevinskih konstrukcija do geotehničkih, nerazornih, visokonaponskih i homologacijskih ispitivanja.

Međutim ono što je zajedničko svim laboratorijima jest želja za unapređenjem kvalitete usluga koje oni pružaju, a okupljanje u CROLAB KIL i sudjelovanje u njegovim aktivnostima jedan je od načina da se ti ciljevi ostvare.

PREDSJEDNIK KIL-a je Damir Štuhec, dipl. ing. geoteh.

Klub umjernih laboratorija

KLUB UMJERNIH LABORATORIJA - KUL

Okupljanje umjernih laboratorija u svoj klub važan je korak prema unapređenju djelatnosti umjeravanja i ostvarenju zajedničkih interesa kod domaćih i inozemnih tijela i ustanova koji su na neki način nadležni za umjeravanje. Nije manje važna ni mogućnost druženja i razmjene iskustava. CROLAB-KUL je jedini klub u RH čije članstvo sačinjavaju isključivo umjerni laboratoriji.

Među članovima nalaze se svi nacionalni etalonski laboratoriji RH. Oni razvijaju i održavaju Nacionalne etalone duljine, mase, gustoće, sile, temperature i tlaka i već imaju međunarodnu EA (European Cooperation for Accreditation) akreditaciju. S obzirom da nacionalni laboratoriji za svoje fizikalne veličine predstavljaju najvišu mjeriteljsku razinu u RH, očekuje se da unutar KUL-a preuzmu edukativnu djelatnost oko pitanja umjeravanja i mjerne nesigurnosti za te veličine.

PREDSJEDNIK KUL-a je doc. dr. sc. Marko Katić

Klub inspekcijskih i certifikacijskih tijela

KLUB INSPEKCIJSKIH I CERTIFIKAIJSKIH TIJELA - KIC

Okupljanje inspekcijskih i certifikacijskih tijela u svoj klub važno je i njima i korisnicima njihovih usluga. Potrebe jednih i drugih su specifične i ovaj klub omogućuje razmjenu ideja i diskusiju problema te postizanje zajedničkog stava prema drugim zainteresiranim stranama. Sudjelovanje u radu ovog kluba otvoreno je svim članovima CROLAB-a

PREDSJEDNIK KIC-a je Mario Mačković, dipl. ing.

Iz izdavaštva



Zablude multitaskinga

Jedan po jedan molim – Zablude multitaskinga

Svako toliko se u poslovnom svijetu pojavi neka spasonosna vještina o kojoj se onda intenzivno priča i svi je navode kao nešto što se itekako traži. Timski rad, fleksibilnost, proaktivnost, agilnost, multi-disciplinarnost, pozitivnost, kreativnost, inovativnost pa se tako prije nekog vremena i sposobnost *multitaskinga* našla na tom popisu.

Većini žena smiješno je kad je na razgovoru za posao pitaju je li sposobna za *multitasking* odnosno tu famoznu višezadaćnost. Jer većina žena može držati dijete na boku dok miješa jelo na peći, pri tome ramenom pridržavati telefon i voditi smisleni razgovor s prijateljicom i još točno čuti da je perilica završila ciklus centrifugiranja i da je treba isključiti. Za razliku od muškaraca koji moraju zastati s razgovorom dok nešto traže u hladnjaku i nastaviti tek kad to pronađu i zatvore hladnjak. U ovo sam se osobno uvjerila nebrojeno puta.

Jesmo li sposobni za višezadaćnost?

Bez obzira na te razlike, pitanje je jesmo li kao ljudska bića uopće sposobni za višezadaćnost? Odgovor je, i jesmo i nismo. Evolucija se pobrinula da možemo istovremeno i disati i hodati i razgovarati. Disanje i hodanje su u dubljim sferama mozga, razgovor je u višoj sferi, no u toj višoj sferi ima mjesta samo za jednu aktivnost.

Ono što još možemo, i u čemu su žene tako dobre je vještina brzog prelaska s jednog zadatka na drugi. Zbog toga manje pažljivom promatraču izgleda kao da radimo više stvari u isto vrijeme. Moja kćer i ja možemo hodati gradom, mimoilaziti se s prolaznicima i napreskokce voditi razgovor o doslovno pet paralelnih tema i još primijetiti kad je ona druga krajičkom oka pogledala nešto u izlogu kraj kojeg upravo prolazimo i onda komentirati to u izlogu i pri tome ta druga shvati da se komentar odnosi na ono što je u izlogu, a ne na temu koja je bila u zadnjem komadiću razgovora.

Neke aktivnosti stvarno idu skupa. Možemo slušati radio i istovremeno prati posuđe. Nakon dugogodišnje prakse, pranje posuđa je gotovo pa automatska radnja. Ali ne možemo čitati knjigu i slušati radio. I nema nikakvog smisla pokušavati malo čitati knjigu malo pratiti program na radiju. To bi nam samo stvorilo zbrku u glavi.

Je li multitasking uopće potreban?

Drugo je važno pitanje je li obavljanje više zadataka paralelno uopće potrebno odnosno je li nam korisno. Ako nije, riješimo ga se.

Evo kako stvari stoje. Za svaki zadatak za koji upotrebljavamo više razine mozga treba nam neko vrijeme da uronimo u njega. Da se potpuno usredotočimo i počnemo proizvoditi rezultate. I zato svaki put kad se prebacujemo s jednog složenog zadatka na drugi gubimo tu usredotočenost i u tom trenutku velika je šansa da nam pozornost privuče nešto drugo, neki *mail* koji je upravo stigao, poruka na mobitelu ili kolega koji upravo prolazi pored

Zablude multitaskinga

našeg stola. Pa nas to onda odvuče u smjeru u kojem nismo željeli ići i potroši nam vrijeme. A nakon toga teško je vratiti se na onaj prvi zadatak ili prijeći na neki drugi važni zadatak. Što sve skupa proizvodi veliki stres te zapravo dovodi do manje obavljenog posla, manje učinkovitosti, umara nas i postajemo nezadovoljni. A nezadovoljstvo je to koje povećava našu potrebu za odmorima. Dok god sa zadovoljstvom radimo na nekom zadatku, ne osjećamo umor, zar ne?

Proizlazi da je učestalo prebacivanje s jednog složenog zadatka na drugi zapravo gubitak vremena. Kod svih složenih zadataka treba maknuti sve drugo na stranu i posvetiti se samo tome zadatku dok ga ne dovedemo do kraja ili barem do neke točke gdje vidimo konkretne rezultate i možemo zastati te zabilježiti do kud smo došli kako bismo lakše nastavili jednom kad opet dođe na red.

Što je onda rješenje?

Čini li vam se da vam je život kaotičan, možda je razlog upravo pokušaj obavljanja više stvari paralelno uz nedostatak jasnih prioriteta i jasnog praćenja napretka.

Rješenje je, upoznajte sebe. Promatrajte se. Promatrajte što radite, kako to radite i kako se pri tome osjećate. Utvrdite do koje razine ste sposobni za obavljanje više zadataka istovremeno kao i koji su to zadaci. Prepoznajte i kombinacija kojih zadataka vam uzrokuju previše stresa. Birajte poslove koji vama idu skupa, prestanite pokušavati s onima koji vama ne idu skupa.

Možda možete prati suđe i slušati radio. Glačati rublje i gledati svoju omiljenu seriju. Voziti sobni bicikl i slušati audio knjigu.

Ja na primjer ne mogu slušati klasičnu glazbu i učiti, pisati, čitati neku knjigu ili nešto drugo za što mi trebaju više sfere mozga. Glazba me previše zaokuplja i odem u smjeru slušanja. Isto tako, mogu slušati radio dok vozim, ali kad trebam uparkirati, ugasm radio dok ne obavim tu radnju. Vožnja automobila dokazano je složena radnja i postoje dobri razlozi zašto ne treba telefonirati u vrijeme vožnje, čak ni ako imate slušalice ili razglas i ne morate koristiti ruke.

Ne dozvolite da vam netko nameće istovremenost onoga što vama ne ide skupa. U redu je reći *ne mogu sada, pribilježiti ću si i obaviti to kasnije*.

Još neki razlozi protiv multitaskinga

Postoje još neki razlozi zašto bismo trebali izbjegavati paralelne aktivnosti. Jedan je što to stvara lošu naviku. Oni koji imaju običaj slušati glazbu ili gledati neki film, a u isto vrijeme prebirati po društvenim mrežama i portalima s vremenom postaju rastreseni i teže se koncentriraju i onda kad trebaju obaviti samo jedan zadatak, i onda kad imaju priliku raditi samo tom jednom zadatku. Jednostavno razvili su tu potrebu, imaju poriv stalno još nešto usput raditi. Ovo može prerasti u pravu ovisnost.

Nije slučajno da raste popularnost *TikToka*, platforme s videima koji traju manje od jedne minute, eto, toliko pozornosti smo sposobni pružiti u današnje

**Zablude
multitaskinga**

vrijeme.

Drugi razlog je što nas višezadaćnost ometa u učenju, usvajanju novih znanja i spoznaja. Učenje zahtjeva našu pozornost, a stalnim obavljanjem, ili pokušajima obavljanja više stvari odjednom gubimo pozornost. Ne mislim samo na ono učenje školskog tipa kao što je priprema za ispit ili izrada seminarskog rada, već i ono životno učenje kad učimo iz okolnosti, situacija, od slušanja i promatranja drugih ljudi. Nismo li usredotočeni nećemo uočiti stvari, pojave, riječi, geste, izraze lica, nećemo ih smjestiti u kontekst, načiniti mentalnu zabilješku, pohraniti ih na pravo mjesto, zapamtiti i imati pri ruci onda kad nam zatreba.

I konačno, tu je i svjesnost te uživanje u trenutku. Obavljanje više stvari odjednom ometa uživanje i u jednoj od njih. Pojedete li večeru pred televizorom velike su šanse da ni ne primijetite što ste jeli i pola sata kasnije ne znate kojeg je bila okusa hrana. A to bi svaki nutricionist oštro osudio.

I zato, sjediš li na obali mora, gledaj valove, osjećaj vjetar na licu i sol u nosnicama, mobitel ostavi u džepu. Grliš li stablo, udiši njegov miris i uživaj u borama njegove kore. S prijateljem na kavi gledaj ga u oči i čuj što ti govori.

A u poslu budimo kao kirurzi. Za kirurga je naravno važna preciznost i mirna ruka, ali isto tako važno je moći usredotočiti se samo na tog jednog pacijenta pred sobom i obaviti niz složenih zadataka, a sve to tijekom višesatnog stajanja, u zaštitnom odijelu, pod maskom i s rukavicama na rukama. Osim talenta, za to je sigurno potreban i dugotrajni trening.

Olga Štajdohar-Pađen

Njezine knjige „Plivati s ISO-om i ostati živ – što je kvaliteta i kako njome upravljati u poslovnom i privatnom životu“, „Plivati poslovnim vodama i ostati živ – Priručnik za poduzetnike, menadžere i one koji se tako osjećaju“ te „Plivati laboratorijem i ostati živ – Postati i ostati akreditirani laboratorij, ili ipak bolje ne“ kao i ovu najnoviju „Alati i tehnike za svaki dan – u poslovnom i privatnom životu“ potražite na www.webknjizara.hr

<http://www.webknjizara.hr/knjige/ekonomija/alati-i-tehnike-za-svaki-dan-u-poslovnom-i-privatnom-zivotu-olga-stajdohar-paden>

Impressum

CROLAB
Berislavićeva 6
10000 Zagreb

www.crolab.hr
e-pošta: tajništvo@crolab.hr

Glavna urednica: Olga Štajdohar-Pađen
Uredništvo: Vjekoslav Živković, predsjednik CROLAB-a
Lovorka Grgec Bermanec, predsjednica CROLAB Odbora za izdavaštvo