# ineffizient sein- być nieefektywnym

Achtstundentag, der- ośmiogodzinny dzień pracy

Arbeitszeitmodell, das- model czasu pracy

Ergebnis, das- wynik/rezultat

Befragten, die- ankietowani

## **das Gegenteil von Effizienz- przeciwieństwo wydajności**

das gängige Vollzeitarbeitsmodell- powszechny model zatrudnienia w pełnym wymiarze godzin

im Gesetz verankert sein- być zakotwiczonym w prawie

das Aufrechterhalten dieses Konzepts- utrzymywać tę kompetencję

die Angemessenheit und die Vorteile des Achtstundentags-stosowność i zalety ośmiogodzinnego dnia pracy

im Büro tätig sein- pracować w biurze

über arbeitsferne Themen reden-rozmawiać o tematach niezwiązanych z praca

Büroangestellte arbeiten in 8 Stunden nur 3. - [Pracownicy](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/Pracownicy) b[iurowi](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/iurowi) [pracują](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/pracuj%C4%85) [tylko](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/tylko) 3 [w](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/w) [ciąg](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/ci%C4%85g)u 8 [godzin](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/godzin).

Sind der 6-Stunden-Tag und die 4-Tage-Woche eine Antwort auf das Produktivitätsproblem? [Czy](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/Czy) [6-godzinny](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/6-godzinny) [dzień](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/dzie%C5%84) [i](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/i) [4-dniowy](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/4-dniowy) [tydzień](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/tydzie%C5%84) [są](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/s%C4%85) [odpowiedzią](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/odpowiedzi%C4%85) [na](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/na) [problem](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/problem) [wydajności](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/wydajno%C5%9Bci)?

In Anbetracht des Gehalts sind acht Stunden Arbeit pro Tag für die meisten notwendig, um den Monat finanziell sorglos zu erleben.- [Biorąc](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/Bior%C4%85c) [pod](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/pod) u[wagę](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/wag%C4%99) [wynagrodzenie](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/wynagrodzenie), ośmio[godzin](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/godzin)ny dzień [pracy](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/pracy) [jest](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/jest) dla większości niezbędny, [aby](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/aby) [przeżyć](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/prze%C5%BCy%C4%87) b[eztrosko](https://pl.pons.com/t%C5%82umaczenie/polski-niemiecki/eztrosko) miesiąc pod względem finansowym.

Wie zeitgemäß ist der Achtstundentag? – W jakim stopniu jest na czasie ten ośmiogodzinny dzień?

Wie aber beschäftigen sich die befragten Mitarbeiter die anderen fünf Stunden und sieben Minuten? – Jak ankietowani spędzaja pozostałe 5 godzin i 7 minut?

die Kombination von Ablenkungsfaktoren – kombinacja czynnikow rozpraszających

vielfältig aussehen- różnie wyglądać

Nachrichten lesen- czytać wiadomości

soziale Medien checken -sprawdzac media społecznościowe

mit Kollegen über arbeitsferne Themen reden- rozmawiać z kolegami na tematy niezwiązane z pracą

während der Arbeitszeit auch nach neuen Jobs suchen- podczas godzin pracy szukać nowego zajęcia

nach diesem Ergebnis der britischen Forscher – zgodnie z wynikiem badań brytyjskich naukowców

das Gegenteil von Produktivität-przeciwieństwo produktywności

lange Arbeitstage – długie dni pracy

sich demnach sowohl für Arbeitnehmer als auch für Arbeitgeber als hochgradig ineffizient erweisen –dlatego okazywać się wysoce nieefektywne zarówno dla pracownikow jak i pracodawców

 besonders die Konzentration auf Seiten der Arbeitnehmer -zwłaszcza koncetracja ze strony pracobiorców

fokussiert an einem Stück durcharbeiten – pracować w sposób skoncentrowany bez przerwy

den meisten schwerfallen- być trudnym dla wiekszości

in acht Stunden schlichtweg auch nicht möglich sein- po prostu nie być możliwym w ciągu ośmiu godzin

gewisse kognitive Ressourcen haben- mieć określone zasoby poznawcze

nach individueller Konzentrationsdauer eine Pause benötigen- potrzebować przerwy po indywidualnie uwarunkowanym czasie koncentracji

lange Arbeitstage – długie dni pracy

nicht das Beste aus Angestellten herauszuholen – nie w pełni wykorzystywać możliwości pracowników

besonders zum Tagesende sinkt die Performance – wydajność spada zwłaszcza pod koniec dnia

das Weiterarbeiten über dem Konzentrationslimit – kontynuowanie pracy powyżej granicy koncetracji

negative Auswirkungen mit sich bringen- przynosić negatywne skutki

das Ergebnis dieser Erhebung- wyniki tej ankiety

Angestellte im Büro – pracownicy w biurze

täglich nur knapp drei Stunden mit ihrer Arbeit verbringen – spędziać jedyne 3 godziny dziennie na pracy

repräsentativ sein- być reprezentatywnym

fraglich bleiben-pozostawać wątpliwym

Aber mit Sicherheit verbringt niemand im Büro die vollen acht Stunden mit Arbeit, sondern treibt sich in sozialen Netzwerken um, unterhält sich mit Kollegen oder verlängert die Mittagspause ein wenig. – Ale na pewno nikt w biurze nie spędza pełnych ośmiu godzin na pracy, ale spędza czas na portalach społecznościowyh, rozmawia z kolegami lub przedłuża przerwę na lunch.

Prokrastination ist wohl bei vielen ein fester Bestandteil im täglichen Arbeitsleben. – Odkładanie jest prawdopodobnie dla wielu integralną częścią codziennego życia zawodowego.

Hierbei wird der Blick natürlich auf Bürojobs gerichtet, Personen, die im Einzelhandel oder auf dem Bau tätig sind, werden eher acht Stunden ihren Aufgaben nachkommen müssen.- Oczywiście mowa jest o pracy biurowej. Osoby pracujące w handlu detalicznym lub na budowie z pewnością prędzej będą zmuszone poświęcić osiem godzin na wykonywanie swojej pracy.

Ergebnis, das (Ergebnisse) - wynik

Forscher, der (Forscher) – badacz, naukowiec

Achtstundentag, der (Achtstundenarbeitstage) – 8 godzinny dzień pracy

Lange Arbeitstage – długie dni pracy

gewisse kognitive Ressourcen haben- mieć pewne zasoby poznawcze

ein fester Bestandteil im täglichen Arbeitsleben- integralną część codziennego życia zawodowego

den Blick natürlich auf Bürojobs richten- naturalnie skupiać się naturalnie na zawodach związanych z pracą w biurze

im Einzelhandel oder auf dem Bau tätig sein- zajmować się handlem detalicznym albo pracować na budowie

 eher acht Stunden ihren Aufgaben nachkommen müssen- być prędzej zmuszonym do poświęcenia ośmiu godzin na wykonanie swoich zadań

## **die Antwort auf die Unproduktivität des 8-Stundentags sein- być odpowiedzią na nieproduktywność 8-godzinnego dnia pracy**

im Rahmen dieser Feststellung - w kontekście tego stwierdzenia

das Gehalt und die Anzahl der Urlaubstage - wynagrodzenie i liczba dni urlopu

auf dieses Arbeitszeitmodell umstellen - przestawić się na ten model czasu pracy

positiv über die Folgen berichten – przekazywać pozytywną informację o konsekwencjach/ skutkach

im Arbeitsalltag entspannter und kreativer sein - być bardziej zrelaksowanym i kreatywnym w codziennym życiu zawodowym

Arbeitnehmer mit diesem Arbeitszeitmodell entlasten - odciążyć pracowników dzięki temu modelowi czasu pracy

Die Lösung liegt nicht im Minimieren der Achtstundenarbeitstage, sondern eher im Minimieren der täglichen Stundenanzahl von acht auf sechs- Rozwiązaniem nie jest zminimalizowanie ośmiogodzinnych dni roboczych, ale raczej zminimalizowanie dziennej liczby godzin z ośmiu na sześciu.

befragen (befragte, hat befragt)- przeprowadzać ankietę

ermitteln (ermittelte, hat ermittelt)- ustalić

unter Schlafstörungen, körperlichen Schmerzen und Depressionen leiden- cierpieć na zaburzenia snu, ból fizyczny i depresję.

zu schweren, ernsthaften und chronischen Erkrankungen der Betroffenen kommen- dochodzić do ciężkich, poważnych i chronicznych chorób osób dotkniętyvh problemem

wissenschaftliche Mitarbeiterin- pracownik naukowy

am Mobbing-Report mitwirken- współdziałać przy raporcie / sporządzaniu sprawozdania na temat mobbingu

in Auftrag geben- zlecić

in die Sucht treiben- wpędzić w nałóg

 im schlimmsten Fall zum Selbstmord führen- w najgorszym wypadku prowadzić do samobójstwa

aufhören zu arbeiten- przestać pracować

Auswirkungen auf sein Privatleben haben- mieć wpływ na jego życie prywatne

in die Arbeitslosigkeit geraten- zostać bezrobotnym

weder seine Miete zahlen noch den Lebensstandard halten können- nie móc płacić czynszu ani utrzymać standardu życia

den Kontakt zu Freunden verlieren- stracić kontakt z przyjaciółmi

die erste und einzige repräsentative Untersuchung übers Mobben am Arbeitsplatz- pierwsze i jedyne reprezentatywne badanie dotyczące mobbingu w miejscu pracy

Von den Befragten gab jeder Dritte an, aufgrund anhaltender Schikanierungen am Arbeitsplatz länger erkrankt zu sein.- Co trzeci respondent stwierdził, że w związku z utrzymującymi się szykanami w miejscu pracy jest przez dłuższy okres chory.

keine weitere Mobbingstudie in Auftrag geben- nie zlecić kolejnych badań nad mobbingiem.

Umfrage der Europäischen Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen- badanie przeprowadzone przez Europejską Fundację na rzecz Poprawy Warunków Życia i Pracy

ie Schikanen schaden der Wirtschaft.- Nękanie szkodzi gospodarce.

das Mobbing am Arbeitsplatz- mobbing w miejscu pracy

auch dem Unternehmen schaden, in dem gemobbt wird.- szkodzić równiez przedsiebiorstwu, w którym jest mobbing

Die Betroffenen sind häufiger krankgeschrieben. Poszkodowani są częściej na zwolnieniu lekarskim.

Ihre Motivation sinkt.- Ich motywacja spada.

Müssen neue Mitarbeiter eingearbeitet werden, entstehen dadurch Kosten - Jeżeli konieczne jest przeszkolenie nowych pracowników, powoduje to powstanie kosztów.

die Mobbing-Fehltage- dni nieobecności z powodu mobbingu

Wissenschaftler am Institut für Markt- und Sozialforschung- naukowiec w Instytucie Badań Rynku i Badań Społecznych.

Insgesamt liegen die Produktionsausfälle in Deutschland, die durch Mobbing am Arbeitsplatz entstehen, nach Schätzungen des Deutschen Gewerkschaftsbunds bei etwa 12,5 Milliarden Euro im Jahr.- Według szacunków Niemieckiej Federacji Związków Zawodowych (DGB), całkowite straty w produkcji w Niemczech spowodowane mobbingiem w miejscu pracy wynoszą około 12,5 mld euro rocznie.

Hinzu kommen mehrere Milliarden für medizinische Behandlungen, Psychotherapien, Sozialleistungen und Frühverrentungen, die vor allem die Kranken- und Rentenversicherungsträger zu tragen haben. – Doliczyć trzeba miliardy na leczenie, psychoterapie, świadczenia socjalne i wcześniejsze renty, które głównie obciążają zakłady ubezpieczeń zdrowotnych i emerytalnych.

die Kosten für Krankheitsbehandlungen schätzen- szacować koszty leczenia chorób

durch das Mobbing verursacht werden- być spowodowanym przez mobbing

Wege aus der Abwärtsspirale- drogi wyjścia ze spirali upadku

Schikanen und Beleidigungen- szykany i zniewagi

nach einer Lösung für den Konflikt suchen- poszukać rozwiązania konfliktu

die Betroffenen versuchen, sich selbst zu helfen- ci których to dotyczy próbują pomóc sobie sami

 Sie können mit den Kollegen, von denen die Schikanen ausgehen und mit anderen Unbeteiligten sprechen, um nach einer Lösung für den Konflikt zu suchen- Mogą porozmawiać z szykanującymi kolegami i innymi niezaangażowanymi stronami aby znaleźć rozwiązanie konfliktu.

ratsam sein- zalecać

sich Hilfe von Dritten holen- uzyskać pomoc od osób trzecich

mögliche Ansprechpartner – możliwe osoby do kontaktu

der Betrieb- und Personalrat oder die Geschäftsleitung – rada pracownicza i kadrowa lub zarząd

professionelle Hilfe - profesjonalna pomoc

Gewerkschaften und spezielle Selbsthilfegruppen anbieten- ofiarować związki zawodowe i specjalne grupy samopomocy

durch Schulungen auf das Problem aufmerksam machen – zwracać uwagę na ten problem poprzez szkolenia

Vertrauenspersonen benennen- wskazywać osoby godne zaufania

Entscheidungen innerhalb des Betriebs transparent kommunizieren- podejmować przejrzyste decyzje w zakładzie

Wer mobbt, macht sich strafbar- Kto jest sprawcą mobingu ten popełna czyn karalny.

ein spezielles Anti-Mobbinggesetz – prawo przeciwdziałania mobbingowi

eine klare Regelung durchs Gesetz- jasne uregulowania prawne

Verboten ist Mobbing aber auch hier. Ale również tutaj mobbing jest zabroniony.

Strafbar sein- podlegać karze, być karanym

gegen das Grundgesetz verstoßen- naruszyć ustawę zasadniczą

sich vor Gericht gegen seine Peiniger zur Wehr setzen können- mieć w sądzie możliwość obrony przed swoimi oprawcami

jemanden beleidigen, verleumden oder ihm übel nachreden- znieważać, oczerniać lub zniesławiać kogoś

sich auf das Allgemeine Gleichstellungsgesetz berufen- powoływać się do powszechnej ustawy o równym traktowaniu

wegen ihres Alters oder ihrer Religion diskriminiert werden- być dyskryminowanym ze względu na wiek lub religię

das Fehlverhalten der anderen konkret benennen- konkretne nazwać niewłaściwe postępowanie innych osób

 Wer sich wehren will, protokolliert daher die Vorfälle am besten, etwa indem er ein Mobbingtagebuch führt- Kto chce się bronić,ten powinnien najlepiej rejestrować incydenty, na przykład prowadząc pamiętnik mobbingu.

Die E-Mail, in denen der Chef ausfallend wird, sollte der Betroffene aufbewahren- Wiadomość e-mail, w której szef obraża powinna być przechowywana przez zainteresowane osoby

Und vielleicht gibt es Zeugen für bestimmte Vorfälle- I może są świadkowie pewnych zdarzeń.