



## Comprehensive Empowerment

# Tijd, prioriteiten en ruimte goed gebruiken

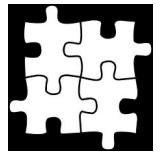
We vinden vaak dat tijd snel voorbijgaat en dat we er niet in slagen alles te doen dat we willen doen op een 8u werkdag of in het algemeen op een 24u dag. Maar het probleem komt niet van de hoeveelheid werk dat we hebben maar wel van de hoeveelheid tijd waarover we beschikken. We moeten dus keuzen maken. Bepaalde dingen moeten we doen en andere dingen moeten we niet doen. Zonder onze productiviteit en onze relaties aan te tasten.

## Wat brengt me deze Workshop op?

- Begrijpen hoe ik mijn doeltreffendheid kan vergroten
- Identificeren wat tijdrovend is
- Mijn limieten stellen zo dat anderen mijn ruimte niet binnendringen
- Dringendheid en belangrijkheid objectiveren
- De 4 mogelijke acties beheersen voor een taak
- Tijdsbeheer, mensen leiden en assertiviteit met elkaar verbinden
- Goede gewoonten adopteren met IT en telecommunicaties
- Bewust worden van mijn impact op de tijd en de prioriteiten van anderen
- Neen zeggen aan toxische boodschappen maar niet aan boodschappers



Begrijpen



Integreren



Uitoefenen

**Keep intuition and instinct - Add structure and strategy!**

Comprehensive Empowerment - Avenue du Domaine 181/11 Domeinlaan, Bruxelles 1190 Brussel  
T-F +32 2 346 64 17 - M +32 475 44 14 63 - info@comempower.com - www.comempower.com



# Comprehensive Empowerment

## Agenda

## Methodologie

### DAG I

- Doeltreffend?
- Het tijdsdilemma
- De tijdscomponenten
- De componenten van tijdsbeheer
  
- Afhankelijkheden en elementen onder controle
- De Jar of Life
- Functie, activiteiten, taken
  
- Het model van prioriteitstelling
- De "Dalton" van de tijd
- Rode en groene tijden
  
- Tijdsrovers
- Instructies geven
- Taken delegeren
- Vergaderingen leiden
  
- Telefonen gebruiken
- Mail gebruiken
- Documenten klasseren
  
- Uitstellen
- Neen zeggen op een opbouwende manier



Subgroep discussies



Rollenspellen / Oefeningen



Tools, Modellen, Methoden



Illustratieve videos



Rollenspellen / Oefeningen

**Keep intuition and instinct - Add structure and strategy!**

Comprehensive Empowerment - Avenue du Domaine 181/11 Domeinlaan, Bruxelles 1190 Brussel  
 T-F +32 2 346 64 17 - M +32 475 44 14 63 - info@comempower.com - www.comempower.com