



Business Improvement

## Training: Baas in eigen tijd (time management)

---

### **Waarom deze training:**

Druk, druk, druk. We kennen het allemaal. Het is echter een minderheid die daarover tevreden is. Het probleem is dat er in 1 dag echt maar 24 uur zit en dat het nooit méér wordt, terwijl we er steeds meer in willen (of moeten) doen. Slimme organizers lossen dat probleem niet op, maar ze kunnen ons wel helpen overzicht te krijgen en te houden over waar we mee bezig zijn en wat er nog moet gebeuren. Maar eerst moet het duidelijkheid worden of we al die activiteiten wel zelf moeten uitvoeren en daarin moeten we keuzes maken, soms vervelende keuzes voor onze omgeving. Pas daarna bepalen we wanneer we de activiteiten willen (of soms moeten) uitvoeren. Tegen de tijd dat we dit alles onder de knie hebben en we onszelf aan deze nieuwe werkstijl houden, ontdekken we dat we meer tijd hebben om het werk goed te doen (effectief) en dat we meer tijd hebben voor die dingen die in de verdrukking kwamen (efficiënt). Meer tijd voor privé bijv. of eindelijk tijd voor die speciale werkgroep waaraan je altijd al had willen deelnemen.

### **Rode draad door de training:**

De rode draad door de training is de projectmatige aanpak binnen de training. Eerst de voorbereiding, waarin we onderzoeken wat we belangrijk vinden en wat we willen bereiken. Dan de uitvoering, waarin we keuzes maken en waarin we onze toekomst inrichten en plannen gaan maken. Tenslotte de afronding, waarin we onszelf committeren aan deze nieuwe leef- en werkwijze en waarin we onderhandelen met onze omgeving om ook van hen commitment te verkrijgen.

### **Werkwijze:**

Op interactieve wijze worden korte stukken theorie afgewisseld met intensieve oefeningen. Hierdoor wordt niet alleen de benodigde kennis aangereikt, maar wordt die kennis direct al toegepast op de eigen situatie. En passant word je aangesproken op de bijbehorende attitude (bijv. discipline en assertiviteit). Bij deze training is je agenda het belangrijkste materiaal en vooral wat daar in komt te staan. De groepsgrootte is beperkt tot maximaal 12 deelnemers.

### **Programma:**

- Dag 1. Op deze dag maak je kennis met de trainer en met de overige deelnemers. Het programma en de werkwijze worden uiteengezet en aansluitend worden de doelen, waarmee je naar de training komt, aangescherpt tot een zodanig niveau, dat ze binnen de context van de training realiseerbaar zijn. De beste kans op succes. Aansluitend staat deze dag in het teken van "De juiste attitude", dus: doelen stellen en keuzes maken; weten wat je wilt en wat je wilt bereiken. Vervolgens maken we afspraken met onszelf over de toekomst. (commitment voor je nieuwe leef- en werkwijze)  
Thuis bereid je je voor op de volgende trainingsdag die over enkele weken plaatsvindt. Je houdt een aantal dagen lang een logboek bij van al je activiteiten en je vult een vragenlijst in.
- Dag 2. Dit is een dag met "De juiste instrumenten". De keuzes die je hebt gemaakt moeten worden omgezet in actie en dat kan alleen door ze als activiteiten in je agenda te plannen. Dat kan een slimme organizer zijn of gewoon een papieren agenda. Het maakt niet zo veel uit, ze doen allebei niets! Jij moet het zelf doen! Omdat je na de training moet onderhandelen met je omgeving, besteden we aandacht aan onderhandelingsstechnieken, maar ook aan assertiviteit, want zonder assertiviteit lukt onderhandelen ook niet. Tenslotte besteden we aandacht aan tijdverslinders, de verstoorders die altijd op de verkeerde momenten binnenkomen, lijfelijk, per telefoon of per e-mail en die altijd haast lijken te hebben.



## Business Improvement

Het programma kan gedetailleerd worden afgestemd op elke organisatie, doelgroep en doelstelling. Dit kan consequenties hebben voor de doorlooptijd en de investering. Vraag vrijblijvend om advies.

### **Werkvormen:**

De ervaring leert dat leerprocessen het meest effectief zijn als je voortdurend actief wordt betrokken bij het programma. BTC hanteert daarom een aanpak waarbij de interactie tussen de inleider en de deelnemers enerzijds en tussen de deelnemers onderling anderzijds voortdurend wordt gestimuleerd. Bovendien heeft het cognitieve leren pas zin als het leidt tot daadwerkelijk ander gedrag. Je moet het wel gaan doen!

Bij alle trainingen vindt een afwisseling plaats tussen theoretische kaders en de oefenpraktijk. De training is voornamelijk gericht op het in praktijk brengen van de aangereikte theorieën. Het oefenen zelf gebeurt tijdens de training in de vorm van rollenspellen en/of opdrachten. Bij sommige rollenspellen wordt gebruik gemaakt van video om nog beter feedback te kunnen geven en om de deelnemers bewust te leren omgaan met eigen en andermans non-verbale gedrag.

### **Agenda:**

Dagprogramma: 2 losse dagen, van 9.00 uur tot 17.00 uur.

Avondprogramma: 4 avonden (een maal per week), van 18.00 uur tot 21.30 uur.

### **Investering:**

€ 5.520,- (In-company prijs, inclusief materiaal, exclusief accommodatie en exclusief BTW)