

Open inschrijving - Timemanagement

Tijd:	twee dagen met overnachting (met avondprogramma) en een terugkommiddag
Data:	3 en 4 oktober (de terugkommiddag wordt met de groep bepaald)
Aantal deelnemers:	minimaal 10, maximaal 16 deelnemers (open inschrijving of in company)
Begeleiders:	Erica ter Wee en Dorien Sluifster
Kosten:	€ 600,- (exclusief verblijfskosten) Vraag prijsopgave bij in company, telnr. 06 229 000 82

Door LinQue Consult wordt een seminar georganiseerd over timemanagement of beter gezegd: zelfmanagement.

Doelstelling seminar

Indringend kijken naar de manier waarop je met tijd omgaat door onderzoek te doen naar je eigen patronen, structuur en mentale modellen om zo de manier waarop je met je tijd om gaat te doorbreken.

Visie en werkwijze

1-3

Er zijn veel boeken geschreven over timemanagement en veel trainingen bieden oplossingen aan die het managen van de eigen tijd effectiever zouden maken.

Wij zijn ervan overtuigd dat mensen pas echt anders met hun tijd om gaan als mensen bereid zijn om diepgaand onderzoek te doen naar dat wat hen drijft om op deze wijze met tijd om te (blijven) gaan. Wij gebruiken onder andere de theorie van Stephen Covey over effectief leiderschap (van jezelf) en Peter Senge (een lerende organisatie en een lerend individu) om jezelf onder de loep te nemen en keuzes te maken voor een andere leef- en werkwijze.

Persoonlijke zoektocht

Het seminar is een persoonlijke zoektocht, samen met anderen, naar dat wat jouw werk en/of leven zo druk en soms vermoeiend maakt en dat wat kan helpen om met meer energie en voldoening in je werk en leven te staan. Het doel is: de balans te herstellen tussen werk en privé.

Wat vraagt het?

Deelname aan dit seminar vraagt om openheid en bereidheid om met jezelf en anderen te zoeken naar onderliggende oorzaken van de problemen in het indelen van je tijd en het zoeken naar oplossingen daarvan.

Vormgeving

Dit seminar is vormgegeven volgens het driedelige opleidingsmodel beschreven door Joyce en Showers. Zij hebben vastgesteld dat mensen het meest effectief leren als er naast theorievorming en oefenen in een veilige omgeving, ruimte is voor toepassing van de geleerde theorie in de eigen praktijk en voldoende reflectie daarop.

De deelnemers leren daarbij niet alleen van de opleiders, maar ook van elkaar.

Vrijplaats voor oefenen

Tijdens het seminar ontstaat vaak op een natuurlijke en vanzelfsprekende manier een situatie waarin deelnemers worden geconfronteerd met andere 'vanzelfsprekendheden' en 'mogelijkheden' door samen te werken aan elkaars praktijkvragen. Er ontstaat binnen een groep een 'vrijplaats' om echt te oefenen met nieuw gedrag. Onze manier van werken is gericht op het creëren van een veilig oefen- en leerklimaat. Dit werkt direct door op het teamleren en persoonlijk leren van de deelnemers.

De inhoud van het seminar

Dag 1 – Eigen drijfveren

- Kennismaken met de groep en de trainers
- Onderzoek doen naar dat wat speelt in het eigen timemanagement met behulp van werkvormen die een open dialoog bevorderen. Je gaat aan de slag, individueel of in kleine groepen, naar wat je drijft om om te gaan met je tijd zoals je dit nu doet.
- Kennis verzamelen en inzicht verwerven over dat wat mogelijk een rol speelt in de wijze waarop je nu met je tijd omgaat. Aan de orde komen onderwerpen als:
 - Het JoHari window
 - De matrix van urgent en belangrijk
 - De RET (rationele emotieve training)
 - Tijdbesparend gedrag: nee – zeggen, hulp vragen, delegeren, waarom je niet doet wat je zou willen doen
 - Carriere drijfveren van Brooklyn Derr.

2-3

De keuze van de onderwerpen is afhankelijk van de vragen die naar voren komen in de kennismakingsronde.

LUNCH en wandeling met een vraag.

- Na de lunch werken we verder aan de onderwerpen van de ochtend.

DINER EN EIGEN TIJD

- Na het diner gaan we aan de slag met het onderwerp: relaxen op jouw manier en loslaten, dit programma is steeds een verrassing.

Dag 2 – jijzelf in relatie tot de ander/tot werk

- De volgende ochtend gaan we (als het weer het toelaat) eerst een buitenactiviteit doen en reflecteren op het geleerde van de eerste dag.
- De ochtend staat in het teken van de theorie van Stephen Covey over effectief leiderschap (het eigen leiderschap) en de cirkel van betrokkenheid en invloed om meer zicht te krijgen op je eigen handelen en het effect van jouw gedrag op je omgeving.
- Ook wordt de theorie van P.Senge gebruikt om te zoeken naar patronen in je eigen timemanagement en dat van het team of de organisatie waar je werkt.

LUNCH EN EIGEN TIJD

- In de middag ga je zelf en/of met anderen aan de slag met het zoeken van oplossingen voor het eigen timemanagement en met het maken van een eigen plan om ervoor te zorgen dat je leven en werk in balans komt en kan blijven.
- Afspraken maken: er wordt een afspraak gemaakt voor de terugkommiddag en er worden maatjes gevormd die een keer tussen deze bijeenkomst en de terugkommiddag spreken over de eigen voornemens, of het lukt en waarom dat mogelijk niet lukt.

Overzicht van theorie die we gebruiken

De theorie achter timemanagement (o.a. Seiwert, Weiler, Ellis)

Effectief leiderschap (Stephen Covey)

Het hart van de lerende organisatie (Kotter)

De lerende organisatie (P. Senge)

Oplossingsgericht werken (Frederike Bannink)

Team Konfrontatie Methode (TKM) - Patronen doorbreken (P. Zomer)