

Waar blijft jouw tijd?

Het nieuwe jaar is al weer een paar weken oud. De dagen lengen al weer en iedere dag is het nu weer wat langer licht. Ik merk dit wel maar toch heb ik het idee dat de tijd me ontglipt. Herken je dat? Dat de dagen zo verschrikkelijk snel omgaan? Je vraagt je af 'waar blijft mijn tijd'. En misschien zelfs wel 'hoe krijg ik alle klussen die ik moet doen gedaan?'

Voor veel mensen is timemanagement niet eenvoudig.

Omgaan met tijd, of beter, omgaan met alles wat je te doen hebt én je eigen gedrag binnen het klemmende kader van een beperkte hoeveelheid tijd is lastig. Voor velen zelfs een moeizaam gevecht. En toch kun je dat gevecht aangaan en leren zó met je werk, je persoonlijk leven en tijd om te gaan dat er een zekere balans ontstaat en het gevoel van 'vechten' verdwijnt.

Een wezenlijke stap hierin is het verkrijgen van zicht op hoe je zelf met tijd om gaat en hoe je eigen gedrag ondersteunend of juist verstorend werkt in jouw zoektocht naar die balans.

Ik nodig je daarom uit om de komende tijd jezelf eens met een frisse blik te observeren. Kijk eens hoe jij om gaat met tijd, met hetgeen je hebt voorgenomen te doen en de resultaten. Een goede hulp hierbij is om gedurende 2 weken eens op te schrijven wat je doet. Ja ik bedoel echt tijdschrijven. Noteer van elk half uur wat je hebt gedaan. Op deze manier weet je waar je tijd blijft, weet je of je aan de juiste zaken werkt en krijg je ook zicht op je eigen patronen. Best wel confronterend? Jazeker, maar wel de basis om te werken aan beter timemanagement. Want eigenlijk gaat timemanagement over zelfsturing!

Doen dus. Via [deze link](#) kun je een tijdschrijfformulier downloaden.

Niet uitstellen want voordat je het weet is er weer een dag voorbij. Tijdschrijven? Doen dus!

Lukt het je niet alleen om je gevecht met de tijd te doorbreken? Wil je graag begeleiding? Schroom dan niet om contact met me op te nemen! [Lees hier meer over een individueel traject.](#)

Ook kun je je inschrijven voor één van de trainingen van [Het Beter Werken in één dag](#). De eerstvolgende trainingen zijn op 24 januari en 15 maart 2012!

Ingrid van Dijk.