

Minder stress, meer focus.



Uw dagen vliegen voorbij en u vraagt zich vaak af waar uw dag nou eigenlijk gebleven is.

U komt er maar niet toe om uw werk structureel efficiënter aan te pakken omdat er altijd wel dringender en belangrijker zaken zijn die voorrang hebben.

Meer vrijheid door systematisch werken

Zou het niet mooi zijn als u een systeem had dat ervoor zorgt dat u nooit meer dingen vergeet en u altijd overzicht heeft over wat u nog kunt doen? Niet meer afhankelijk zijn van de eisen van anderen of van uw eigen impulsen?

Onze Time Management aanpak geeft u alles om hiermee te beginnen.

Resultaten

- ✓ Nooit meer dingen vergeten
- ✓ Elke dag 1 tot 2 uur extra tijd
- ✓ Een lege e-mailbox
- ✓ Nooit meer zoeken
- ✓ Innerlijke rust

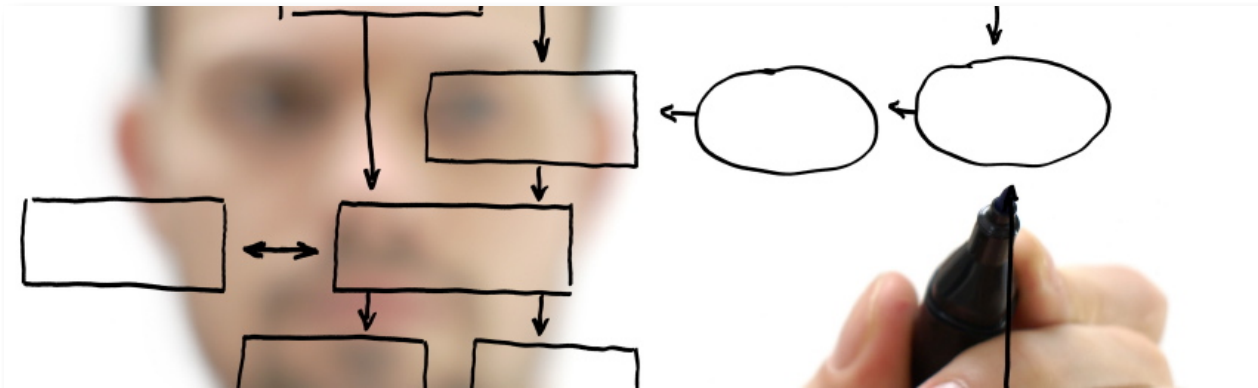


Bewezen methode

Getting Things Done (GTD) is de nieuwe manier van Time Management. Inmiddels werken miljoenen mensen volgens deze methoden, en GTD heeft de manier waarop mensen werken definitief veranderd.

*Volgens Amerikaans onderzoek voelen cursisten die zijn begonnen met GTD zich na 3 weken 2 keer meer 'in control' over hun taken, winnen gemiddeld 1 uur en 41 minuten per dag aan productieve tijd, en ervaren 60% minder stress.

Maatwerk training en coaching voor uw medewerkers



Wij maken in overleg met u een maatwerk aanpak voor de training en coaching van uw medewerkers. Gebaseerd op een uitgewerkt en beproefd concept, maar wel aangepast aan uw specifieke situatie. Ons aanbod bestaat uit:

- ✓ Incompany training
- ✓ Persoonlijke Coaching en Advies
- ✓ Open Trainingen

Ruimte voor interactie

Iedereen weet het wel, maar niemand doet het. Daarom staat gedragsverandering centraal in onze aanpak.

Daartoe werken we het liefst in vormen waar veel ruimte is voor interactie. Dus geen hoorcolleges, maar een gezamenlijk ontdekken van de principes van productiviteit en flow.



Experts op het gebied van Time Management

Met ruim 20 jaar ervaring in Workflow en Time Management in grote organisaties. Wij gebruiken zelf onze aanpak (GTD) intensief in ons werk en privé leven.

Neem nu contact op voor een vrijblijvende afspraak

Wilt u ook meer gedaan krijgen met minimale stress? Kijk dan voor meer informatie op

www.workinflow.nl of bel ons op tel. **020-8647171**.

Getting Things Done

Getting Things Done (GTD) is de nieuwe manier van Time Management. Het zijn Best Practices op die in 2001 bijeen zijn gebracht door David Allen in zijn boek 'Getting Things Done'. Miljoenen mensen werken inmiddels met deze methoden, en GTD heeft de manier waarop mensen werken en leven voorgoed veranderd.

Het meest besproken Time Management systeem

Getting Things Done is hot. Op Google kom je 122 miljoen zoekopdrachten tegen. David Allen wordt vaak vergeleken met Stephen Covey, schrijver van 'The Seven Habits of Successful People', het Time Management boek van negentiger jaren. Maar waar Covey uitgaat van een missie, en dat dan doorvertaalt naar het dagelijkse Time Management, gaat Allen uit van het onder controle krijgen van de dagelijkse details. Veel minder hoogdravend, maar wel veel effectiever. GTD past bij deze tijd omdat we met z'n allen omkomen in de details.

GTD brengt je in een productieve flow

Flow is een toestand waarin je op de toppen van je kunnen presteert. Je bent geconcentreerd en gaat volledig op in de activiteit die je op dat moment doet. Wat je doet kost je geen moeite. Het bereiken van flow wordt steeds meer een voorwaarde om met de uitdagingen van deze tijd om te gaan. Door GTD te beoefenen leer je om jezelf in flow te brengen en train je jezelf om intuïtief beslissingen te nemen. Je bent niet meer afhankelijk van een goede of slechte dag.

100% 'in Control'

GTD geeft je alle gereedschappen om weer volledig "in control" te komen op die gebieden waar je "out of control" bent. Dat kan zijn je email waar honderden e-mails zich opstapelen, je archief systeem waarin je moeilijk dingen terug kan vinden, of de lange termijn projecten waar je geen tijd voor hebt gehad om alles op een rijtje te zetten. De systematische aanpak van GTD kan toegepast worden op elk gebied van je werk en je leven.

Meer Focus

GTD leidt tot meer focus in je dagelijkse activiteiten. Doordat je gestroomlijnd werkt zal je minder tijd verliezen met allerlei afleidingen. Je bent daardoor beter in staat om op de ingezette koers te blijven. En focus op de dagelijkse activiteiten leidt ook tot focus in het realiseren van je doelen.

Minder stress en meer creativiteit

Als je GTD beoefent, dan ga je de gewoonte aanleren om niets meer in je hoofd te houden. Door alles consequent op te schrijven en te vertrouwen op je systeem, reduceer je de stress die je ervaart doordat je probeert alles in je hoofd te managen. Daardoor komt ruimte vrij om te doen waar je hersens voor bedoeld zijn: creativiteit en intuïtief denken.