

OMGAAN MET TIJD EN DE KUNST VAN LEVEN

Veel mensen hebben het erg druk. Het hoort er ook wel een beetje bij. Als iemand het niet druk heeft, is er misschien wel iets mis. Wellicht is het werk niet interessant of is de omzet niet voldoende.

Achter jezelf aanhollen, achter medewerkers aanhollen, aan het eind van de dag niet goed weten wat de dag heeft opgeleverd, tijdens het weekend niet goed kunnen ontspannen, continu in spanning zijn of de omzet gehaald wordt..Allerleivoorbeelden van het jachtige leven waar veel mensen, en zeker ondernemers, mee te maken hebben.



*Anne de Vette
senior trainer/ consultant bij
VTC Commerciële Effectiviteit
onderdeel van de Horizon Training
Groep*

“... Geen tijd meer hebben is onmogelijk...”

Time-management wordt veelal naar voren geschoven als hét middel om hier beter mee om te gaan. 'Intelligente' agenda's worden aangeschaft, boeken gelezen en trainingen gevolgd. Vele tips en technieken komen naar voren: lijstjes maken, prioriteiten stellen, delegeren, direct beginnen, het belangrijkste eerst, consequent doorwerken, afwisseling van taken aanbrengen, nee zeggen, goed voorbereiden, concentratie op één taak in plaats van allerlei zaken tegelijkertijd onder handen hebben. Goede tips en hulpmiddelen, die zeker bruikbaar zijn. Toch blijkt het in de praktijk lastig te zijn. De tijd lijkt als zand door de vingers te glijden.

Er is dus meer aan de hand. Kennelijk is het niet zo simpel dat het door middel van een aantal technieken te verhelpen is. Goed omgaan met tijd betekent consequent keuzes maken, en niets is moeilijker dan dat. Wat wil ik nou precies? Als ik voor het ene kies, doe ik het andere niet. Ik wil zo graag allebei, of alledrie, of alles.

En ik wil liever niet iets kiezen wat ik niet zo leuk vind.

Weet u wat u wilt? Gebruikt u uw tijd zoals u dat zou willen? Bereikt u de resultaten die u wilt? Welk gedeelte besteedt u nu aan wat, en hoe zou u het graag willen hebben? Verdeelt u uw zakelijke en privé tijd naar tevredenheid?

Geen tijd meer hebben, is onmogelijk. Dan is er geen leven meer. Veelal is er sprake van teveel willen doen. Oftewel: een luxeprobleem in plaats van een schaarste probleem. Het is de kunst van het leven om de tijd zo te gebruiken dat liet voldoening oplevert. Wat betekent: voor datgene kiezen wat u liet meeste oplevert. Daarvoor is het nodig om afstand te doen van een zekere mate van vrijheid. De vrijheid om te mopperen, de vrijheid van het mee laten drijven met de stroom, de vrijheid van zelf geen verantwoordelijkheid te hoeven nemen. Goed met de tijd omgaan betekent zelfdiscipline: uzelf op een doordachte manier aan de leiband leggen. Discipline is het hulpmiddel om de kunst van het leven machtig

te worden. Om de discipline vorm te geven, kunnen we gebruik maken van de tips en technieken.

Keuzes maken dus en daarmee aan het werk gaan. De incest essentiële keuze is de keuze tussen uzelf door de omstandigheden laten leiden, of zelf bepalen wat u wilt. Het is de keuze tussen moeten en willen. Tussen 'slachtoffer' zijn of creator.

Gelukkig hoor ik de laatste tijd regelmatig mensen zeggen dat het goed met ze gaat, dat ze hun leven en werkdruk in de hand hebben. Ze komen meer toe aan wat ze belangrijk vinden; halen er meer bevrediging uit. De kwaliteit van het leven staat op een hogere plaats. Dat wens ik u ook toe.

*“...De tijd lijkt als
zand door de
vingers te glijpen”*
