



## **Persoonlijke effectiviteit en zelfmanagement**

Wie kan het beter dan ikzelf?

Ik ben snel afgeleid. Het kan me niet meer schelen. Ik heb moeite om prioriteiten te stellen. Ik kan me nergens toe zetten. Ik kan af en toe de lawine aan verplichtingen niet meer aan. Mijn werk groeit me boven mijn hoofd. Ik heb gewoon de wil niet om me nog druk te maken.

Het zijn allemaal totaal verschillende gevoelens die herkenbaar zijn en die kunnen worden herleid naar zelfdiscipline en zelfinzicht, het vermogen om jezelf te dwingen goed te kijken naar en onderscheid te maken tussen hoofd- en bijzaken en het vermogen uit eigen beweging een stapje extra te zetten. Dat inzicht is van groot belang om goed te kunnen functioneren binnen een bedrijf en taken snel en adequaat uit te voeren. Evenzeer kan zelfmanagement ertoe bijdragen dat uitzichtloze situaties worden doorbroken. Vanuit de eigen wil om niet bij de pakken neer te gaan zitten. Mensen functioneren immers het best en bereiken het meest als ze in staat zijn zichzelf aan te sturen en taken op te leggen. Ook de wil om te streven naar een perfecte uitvoering is een voorwaarde om goede resultaten te behalen.

De casemanagers van IVIO-Arbeid houden u binnen de cursus Persoonlijke Effectiviteit en Zelfmanagement zowel een spiegel voor als het inzicht hoe u zaken effectief op een rijtje kunt krijgen, prioriteiten kunt stellen en impasses kunt doorbreken.

In een serie bijeenkomsten leert u persoonlijke knelpunten kennen en hoe u daarmee om kunt gaan. Het uiteindelijke doel is om effectief en zelfverzekerd eigen zwakke kanten te versterken en persoonlijke valkuilen te vermijden.

**Bolderweg 2, 1332 AT Almere  
0900-5437233  
arbeid@ivio.nl www.ivio-arbeid.nl**