

4 Dagen

Ook in de Virtual Classroom beschikbaar

Heb je soms het gevoel dat er te weinig uren in een dag zitten? Zou je meer grip willen hebben op je tijd? Wil je meer bereiken zonder een gehaast gevoel? In deze training leer je beter doelen stellen, plannen en heldere prioriteiten bepalen.

Je krijgt inzicht in de blokkades die je hinderen in je eigen timemanagement. Er wordt geoefend in vaardigheden die nodig zijn om effectief om te gaan met je tijd, zoals 'nee' zeggen, delegeren en omgaan met deadlines. Je leert rust in je agenda creëren, een gezonde werk-privébalans aan houden en in minder tijd meer resultaat behalen.

Kenmerken

Studieduur: 4 dagen

Investering: € 1.790

Aantal locaties: 13



Resultaat

- ✓ Je wordt je bewust van en krijgt inzicht in je eigen manier van werken
- ✓ Je leert meer structuur in je werk aan brengen en houden
- ✓ Je kunt je eigen taken overzichtelijk maken en houden
- ✓ Je deelt je tijd beter in aan de hand van doelen en prioriteiten
- ✓ Je leert met tijdvreter om gaan
- ✓ Je beheerst de vaardigheden die nodig zijn, zoals omgaan met deadlines, 'nee' zeggen en delegeren
- ✓ Je werkt efficiënter met e-mail
- ✓ Je weet rust op je werkplek te creëren en werkt met meer plezier



Doelgroep

Iedereen die gedurende een langere tijd zijn of haar vaardigheden op het gebied van timemanagement wil verbeteren en efficiënter en meer ontspannen wil werken.



Duur, data en plaatsen

ICM verzorgt de training Time Management als avond- en als dagtraining. De avondtraining is van 19.00 tot 22.00 uur en omvat 8 lessen, waarvan twee lessen online. De dagtraining is van 9.30 tot 17.00 uur en omvat 4 bijeenkomsten, waarvan 1 les online. De hele training duurt 4 maanden. Tevens is deze training volledig online te volgen via de Virtual Classroom.

Volg je liever een kort traject? Ga naar [icm.nl/tm](https://www.icm.nl/tm).

De training wordt gegeven in mei 2023, oktober 2023, januari 2024, maart 2024, mei 2024 en oktober 2024.

Avondopleiding

Amsterdam – ma	Den Haag – ma	Maastricht – ma
Arnhem – ma	Eindhoven – ma	Rotterdam – ma
Breda – ma	Enschede – ma	Utrecht – ma
Den Bosch – ma	Groningen – ma	Zwolle – ma

Dagopleiding

Amsterdam – vr – za ¹⁾	Den Haag – vr – za ¹⁾	Maastricht – vr – za ¹⁾
Arnhem – vr – za ¹⁾	Eindhoven – vr – za ¹⁾	Rotterdam – vr – za ¹⁾
Breda – vr – za ¹⁾	Enschede – vr – za ¹⁾	Utrecht – vr – za ¹⁾
Den Bosch – vr – za ¹⁾	Groningen – vr – za ¹⁾	Zwolle – vr – za ¹⁾

¹⁾ Je kunt zelf een dag kiezen.



Programma

- Kern van je functie en verantwoordelijkheden
- Je tijdsbesteding in kaart brengen
- Tijdvreter en verstoringen aanpakken
- Prioriteiten stellen en overzicht creëren
- Plannen en organiseren
- Effectief taak- en agendabeheer
- De 3 E's: Effectiviteit, Efficiëntie en Energie
- 'Nee' zeggen, samenwerken en effectief beïnvloeden
- Feedback geven en ontvangen
- Effectief delegeren en communiceren
- Beheren van e-mail en digitale informatie
- Ontspannen omgaan met stress en deadlines
- Creëren van rust op je werkplek
- Praktijksituaties en -voorbeelden
- Persoonlijk actieplan



Studiewijze

Voorafgaand aan de training ontvang je de ICM-videoserie Time Management en worden je persoonlijke leerdoelen via een intake op onze online leeromgeving in kaart gebracht. Onder leiding van een ervaren en inspirerende trainer breng je je timemanagement naar een hoger niveau. Er wordt veel aandacht besteed aan vertalen van de verworven inzichten naar je eigen werksituatie.

Naast de bijeenkomsten werk je via de online leeromgeving.

Deze ondersteunt je tijdens het leerproces en helpt je tevens de bijeenkomsten effectief voor te bereiden. Na de training blijf je onbeperkt toegang houden tot deze leeromgeving.

Ter afsluiting stel je een persoonlijk actieplan op, dat je ondersteunt bij het toepassen van het geleerde in de dagelijkse praktijk.

Heb je de gehele training gevolgd, dan ontvang je het ICM-certificaat.



Investering

De investering bedraagt € 1.790.

Dit bedrag is excl. € 47,50 per dag voor het dagarrangement of € 17,50 per avond voor het avondarrangement. Alle prijzen zijn onder voorbehoud, bekijk de website voor actuele informatie. De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Zie voor meer informatie www.icm.nl/btw.



Advies & inschrijving

Bekijk de meest actuele data en informatie op onze website.

📞 Persoonlijk studieadvies 030 – 29 19 888

📄 Offerte aanvragen of [inschrijven](https://www.icm.nl/tm-4m) www.icm.nl/tm-4m

Deze training biedt ICM ook In Company aan en als E-Learning.