

Trainingsbrochure

Time & Zelfmanagement

Ken je dat?

Te veel te doen in te weinig tijd.

Je to do lijst wordt alleen maar langer in plaats van korter.

Of je bent zelfs gestopt om een to do lijst bij te houden en leeft van dag tot dag.

Gedreven door de deadlines, opdrachten en verzoeken die op je af komen.

Je werkt lang door, offert je vrije tijd op. Maar dan is het nog steeds niet af.

Met andere woorden: je wordt geleefd in plaats van dat jij bepaalt wanneer je wat doet.

Tijd om zelf het stuur in handen te nemen, vind je niet?

Tijd om uit te vinden wat je wel en wat je niet kunt veranderen aan je huidige situatie.

En je dan te focussen op wat je wél kunt veranderen en je niet teveel te laten beïnvloeden door wat je niet kunt veranderen.

Tijd om eens stil te staan bij hoeveel tijd je nu eigenlijk aan wat besteedt en of dat leidt tot wat je wilt bereiken.

Tijd om eens na te denken over wat jij eigenlijk wilt bereiken.

Tijd om eens te leren dat “nee” zeggen niet betekent dat je het niet goed doet, dat je gefaald hebt of dat je ‘gewoon niet moet zeuren’.

Tijd om te erkennen dat er nog veel te leren valt én dat je het gewoon al goed doet.

Tijd om een training time & zelfmanagement te volgen 😊.

Nieuwsgierig geworden?

Geef je op of vraag een intakegesprek aan!



T 06 - 51 27 64 01
E contact@sandradekoning.nl
W www.sandradekoning.nl