



## ONTDEK JE PERSOONLIJKE TIJDVERSPIJLER

Uiteengaan in 3-tallen, A, B en C.

1. Individueel bezinnen: Kies een gebeurtenis/situatie waar je zelf sturend instond en die qua tijd tegen je wil flink uit de tijd liep.  
-----
2. A beschrijft de situatie beeldend (niet analyserend of verklarend): aanleiding, gebeurtenis en gevolg. Beschrijf zodanig concreet dat je zelf daarin zichtbaar wordt, m.n. wat je feitelijk deed en wat er feitelijk gebeurde.
3. B en C proberen A's verborgen bestuurders en opvattingen op te sporen en melden er enkele.
4. A zegt welke bij hem als het meest verassend overkomt.
5. B en C zeggen wat zij als mogelijke achterliggende behoeften zien, kijkend naar 2 en 3.
6. A geeft aan welke behoefte hij als dichtbij en veraf beleeft.
7. B en C geven elk één advies hoe A op een minder tijdverspillende wijze aan zijn behoefte kan voldoen.
8. A reageert kort welke hiervan hij meer of minder doeltreffend vindt.
9. B en C lopen nu punt 2 t/m 8 af.

NB. Tijdbesteding van deze oefening is afhankelijk van het aantal partners; stap 2 t/m 8 duurt per persoon 30'.

COPYRIGHT NPI