

Webinar 'Verlaag je tijdsdruk, versterk je tijdstijl!'



"Ik heb vaak het gevoel dat ik aldoor achterloop in mijn dienst. Als ik thuiskom, hang ik op de bank"

Veel zorgprofessionals voelen tijdsdruk in het werk. Dit leidt tot stress en een gevoel van tekortschieten. Als je last hebt van tijdsdruk, kan je minder goed inspelen op behoeften van patiënten. Hoe haastiger je gaat werken, des te meer fouten maak je. Dat kost ook weer tijd. Hoe kom je uit deze cirkel?

PROGRAMMA

In dit interactieve webinar versterken we jouw tijdstijl in je werk. We helpen je om je aandacht bij patiënten te houden, ook in tijden van drukte. Wat is jouw voorkeursstijl? Wat kan je zelf doen aan tijdsdruk?

Onderdelen:

- | | |
|--|-----------|
| • Kennismaking en uitleg programma | 19.00 uur |
| • Tijdsdruk – verkenning in de groep | 19.15 uur |
| • Tijdstijlen van doktersassistenten en patiënten. | 20.00 uur |
| • Tijdvreters herkennen en aanpakken | 20.30 uur |
| • Balans werk-privé | 20.45 uur |
| • Afronding | 21.00 uur |

Creatieve werkvormen: Tijdsdrukmeter, persoonlijke tijdstijlen

DOELGROEP

De workshop is bedoeld voor doktersassistenten. We maken gebruik van casuïstiek van deelnemers.

RESULTATEN en LEERDOELEN

Leerdoelen:

- Inzicht in eigen tijdsdruk van deelnemers
- Gezamenlijke bewustwording van oorzaken hiervan
- Ontdekken en versterken van de persoonlijke tijdstijl in het werk
- Herkennen van andere tijdstijlen (collega's en patiënten) en hanteren van de verschillen
- In kaart brengen van tijdvreters in het eigen werk
- Kennis van strategieën om grenzen te bewaken
- Eigen keuzes maken wat betreft tijdbesteding en ontspanning

TRAINER Gabriëlle Verbeek. Zij werkt zelf in de zorg en heeft promotieonderzoek gedaan naar tijdsbeleving en tijdsbesteding in de langdurige zorg. Daarnaast is zij een ervaren trainer en oprichter van Artemea, bureau voor vraagsturing en innovatie in de zorg. Artemea biedt al ruim 15 jaar begeleiding aan teams en zorgprofessionals.

Tijdsduur: 2 uur, van 19.00 tot 21.00 uur