

TOOLBOX: PRIORITEITEN STELLEN

Om goed prioriteiten te stellen, is het belangrijk dat je eerst en vooral de communicatie helder kan ontvangen en geven.

Een cruciale voorwaarde is dat je goed kan Luisteren, Samenvatten en Doorvragen. Dit is de LSD - techniek:

L: beLuister de vraag

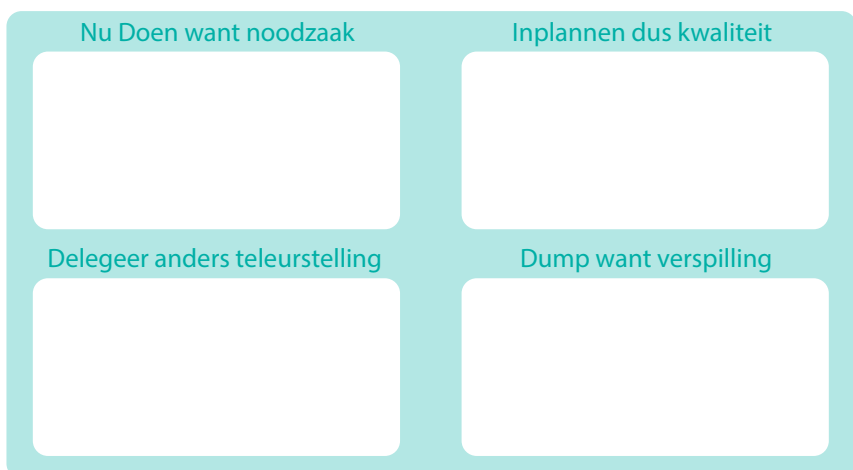
S: vat de vraag Sa-men

D: vraag Door om tot de kern van de vraag te komen






Als je de vraag dan helder hebt, is het belangrijk om te achterhalen waar deze vraag in jouw onderstaande matrix thuishoort:



Analyseer je "to-do" lijst voor de komende week/maand en plaats ze in de gepaste onderstaande kwadranten:



Je kan ook dit zinnetje onthouden en gebruiken:

MOET IK DIT NU DOEN?		IS HET VERPLICHT?
MOET IK DIT NU DOEN?		BEN IK DE ENIGE DIE DIT KAN?
MOET IK DIT NU DOEN?		ZIJN ER ALTERNATIEVEN?
MOET IK DIT NU DOEN?		KAN HET LATER OOK NOG?
MOET IK DIT NU DOEN?		IS DIT DE JUISTE ACTIE?

Als je de indruk hebt dat de vraag die je gesteld wordt niet belangrijk genoeg is voor jouw doel/belofte, neem dan de tijd om dit helder en met respect te communiceren naar de vraagsteller:



“Helaas... (respect)

... kan ik je niet helpen omdat ... (zelfzorg)

Je kan misschien ... doen om verder te geraken in de oplossing van je probleem. (zorg voor de ander)”

Het is erg belangrijk om je bewust te zijn van je eigen sterktes. We haalden reeds aan dat ze kunnen omslaan in valkuilen zoals bijvoorbeeld:

EMPATHIE

“Is het belangrijk voor MIJ? Of is het belangrijk voor mij omdat ik me goed kan inleven in de ander en wil helpen?”

DAADKRACHT

“Is alles dringend omdat ik continu ACTIE nodig heb? Of is het echt dringend binnen de context van de vraag?”