

WalterFD gebruikt 'The 7 Habits of Highly Effective People en Getting Things Done' van Stephen Covey als basis voor haar Coaching.

Effectiviteit betekent de goede dingen doen waar efficiency draait om de dingen goed doen. Wat vindt jij belangrijk? Wat zijn jouw persoonlijke waarden? Die vragen moet je kunnen beantwoorden om effectief te zijn. Hoe dichter je in contact staat met je persoonlijke waarden, hoe beter je in staat zult staan de 7 gewoonten van Covey eigen te maken.

De eerste 3 gewoonten hebben betrekken op overwinningen op jezelf. Dit zijn:

1. Wees proactief

Een proactief persoon beseft dat hij vrij is om te kiezen en zelf verantwoordelijk is voor zijn keuzes. Een ineffektieve mindset is; 'ik ben een product van mijn omgeving'. Dit is de slachterofferrol. Als je je opstelt als slachtoffer, doe je niks meer. Effectief denken is juist; 'ik ben een product van mijn keuzes'. Een effectief persoon kijkt naar wat hij kan beïnvloeden. Ook als het moeilijk wordt, zal de effectieve persoon het opnieuw proberen. En opnieuw, opnieuw, opnieuw. Opstaan en doorgaan, ook als het tegenzit. Dat is de maturity level. In welke ronde haak je af?

Binnen je werk is het zaak om proactief te handelen om te bepalen wat belangrijk is (zie ook gewoonte 3). Als je een opdracht krijgt, vraag dan; hoe belangrijk is het? Waarom is het belangrijk? Wees proactief in het vormgeven van jouw leven en het in alignment brengen van al je activiteiten met jouw eigen kernwaarden.

2. Begin met het einde in gedachten

Deze gewoonte heeft te maken met resultaat georiënteerd zijn. Luister goed naar jouw waarden om het einde vorm te geven en niet alleen naar wat je vrouw of baas belangrijk vindt. De mentale schepping gaat vooraf aan de fysieke schepping. Op persoonlijk vlak heeft het sterk te maken met jouw eigen missie, visie en waarden. Waar sta je over 5 jaar? Hoe dichter je bij jouw waarden staat, hoe effectiever je zult zijn. In je omgeving moet je zoeken naar een goede balans. Dit is soms moeilijk, want jouw waarden en daaruit voortkomende acties kunnen botsen met de gevoelens en gedachten van anderen. Toch is het uiterst belangrijk om jouw leven te leven. Heb de durf om authentiek te zijn; jij zit zelf aan het stuur en niet jouw omgeving. Durf groots te denken. Je kunt namelijk meer bereiken, dan je denkt.

3. Belangrijke zaken eerst

Deze gewoonte heeft heel erg te maken met time management. Effectieve mensen plannen hun week. Maak daarom wekelijks (bijvoorbeeld op zondag) een planning voor de komende week. Plan de echt belangrijke zaken in, zowel zakelijk als privé. Als je de 10 voor jouw belangrijkste zaken van te voren op een rijtje zet is de kans groter dat je ze (in ieder geval een groot deel) waar gaat maken. Maak ook dagelijks 's ochtends een dagplanning. Nummer je activiteiten met A, B en C van belangrijk tot minder belangrijk. Effectieve mensen hebben de discipline om de echt belangrijke dingen eerst te doen. Ineffectieve mensen doen altijd eerst urgente dingen. Laat ook ruimte in je agenda om brandjes te blussen. Plan dus realistisch.

Door met week- en dagplanningen te werken heb je jouw belangrijkste activiteiten in je agenda staan. Op woensdag 7 uur ga je bijvoorbeeld naar de dansuitvoering van je dochter. Als je baas om 5 uur bij je komt en zegt; 'dit rapport moet morgen af', kun je reageren met; 'Ik heb ook nog dit andere rapport af te ronden. Om 6 uur vertrek ik. Help me even prioriteiten stellen. Maak ik deze of deze af voor morgen?' Tot slot bij gewoonte 3: gebruik één planningsysteem (papier of elektronisch) dat mobiel te gebruiken is.