

Instructies voor het gebruik van het werkblad tijdsanalyse

Een onderdeel van doelmatig tijdgebruik is analyse van je eigen tijdbesteding om zo te komen tot een voorstel tot verbetering. Als je je tijd wilt analyseren kun je dat op twee manieren doen. Je kunt naar je doelmatigheid kijken of naar je doelgerichtheid.

Deze oefening kijkt primair naar je doelmatigheid. ¹

Instructie voor het gebruik van werkblad tijdsanalyse om inzicht te krijgen of jouw tijdsbesteding doelmatig is.

1. Op de volgende pagina's tref je een voorbeeld tijdsanalyse en een vijftal lege bladen aan. Kijk naar het voorbeeld tijdanalyse.
2. Ga nu voor jezelf een onderverdeling maken van de activiteiten waar je je tijd aan besteed. Vul deze activiteiten in een aantal werkbladen voor een hele week.
3. Een goed overzicht krijg je als dit blad voor een week invult. Vult het gedurende een hele week in. Zet een verticale streep gedurende bij de desbetreffende activiteit en net zo lang als het heeft geduurd.
4. Zorg dat je werkbladen altijd in je buurt zijn. En geef in de bestemde ruimte de tijd aan die je voor ieder taak hebt besteed. Vul de tijdsbesteding minimaal eenmaal per uur in. Laat geen enkele activiteit achterwege. Ook kleine onderbrekingen noteer je.
5. Ga nadat jij een week je tijdsbesteding hebt bijgehouden naar het werkblad overzicht tijdbesteding. Vul de totalen in van elk onderwerp per dag.
6. Bestudeer je tijdsbesteding. Vraag je dan het volgende af:
 - a. moet je het zelf doen of kun je dit delegeren?
 - b. heb je veel onderbrekingen? Ga na wat de oorzaak is. Kun je deze voorkomen? Of kun je groeperen?
 - c. zijn er activiteiten die veel tijd kosten maar die efficiënter zouden moeten kunnen?

¹ Met geringe aanpassingen kan jij deze oefening ook toepassen om inzicht te krijgen in je doelgerichtheid. In plaats van dat jij je richt op activiteiten richt jij je op doelen/functionies.

