

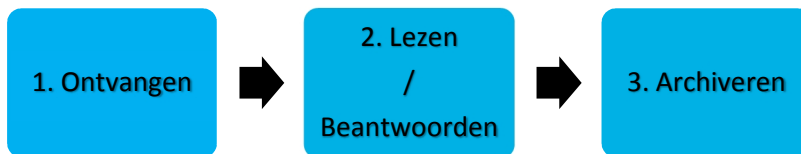
essentioneel

werken en leven
vanuit je essentie

Workshop 'Overleef je email'

'Ja die mail moet ik beantwoorden, maar daar heb ik nu even geen tijd voor.'
'Oh ja, ik verwacht nog een antwoord, laat ik de mail maar even staan.'
'Er zitten nog zoveel acties in mijn email, ik verlies het overzicht.'
'Als ik terugkom van vakantie dan ben ik eerst een dag bezig met mijn mail.'
Herkenbaar?

Email is uitgegroeid tot een uitgebreid communicatiesysteem met veel voordelen, maar ook een aantal gevaren. Door het direct lezen van je email na ontvangst verlies je je concentratie en kom je niet in flow (je hebt gemiddeld 11 minuten nodig om in flow te komen). Als je prioriteiten stelt aan de hand van je email kan je een re-actieve houding ontwikkelen. En met de toename van het mailverkeer is het overzicht gemakkelijk te verliezen. Taken en afspraken zitten soms ergens in je inbox verborgen. Onderzoek wijst uit dat niet efficiënt omgaan met email gemiddeld 12% van de salariskosten kost.



In de workshop 'Overleef je email' gaan we in 2 uur in op:

1. Ontvangen
 - Hoe snel moet je email beantwoorden?
 - Hoe vaak moet je email lezen?
 - Dat enveloppe, kan dat ook uit?
2. Lezen = Beantwoorden
 - Hoe houd je je inbox zo goed als leeg?
 - Hoe voorkom je stapels email waarin nog allerlei taken verborgen zitten?
 - Beantwoorden volgens het ADAPT systeem, waardoor je email maar '1x in je hand hebt'
 - Hoe gebruik ik Outlook optimaal?
3. Archiveren
 - Hoeveel mails zoek je terug?
 - Hoe moet ik m'n archief indelen?
 - Hoe gebruik ik Outlook bij het archiveren?

Resultaat

Deelnemers hebben na de workshop de vaardigheden om op een effectieve en efficiënte wijze:

- Overzicht over hun email te houden
- Regelmatig hun email te lezen
- Op tijd op vragen via email te reageren
- Minder stress van email te krijgen

Door de verhoging van de effectiviteit en efficiency wordt de investering snel terugverdiend. De resultaten worden door metingen voor en na de workshop inzichtelijk gemaakt.

[Essentioneel](#) verzorgt al 15 jaar training en coaching Persoonlijk Leiderschap en Effectiviteit.