



Drie tips om een te hoge werkdruk te voorkomen

Te weinig personeel, teveel werk: dagelijkse kost voor de manager vandaag de dag. Toch kan de een er beter mee omgaan dan de ander. 6Minutes.be geeft drie tips voor degenen voor wie dit minder of helemaal niet het geval is. Op naar een 2010 zonder onnodig hoge werkdruk.

1. Stel prioriteiten en doe dat streng

Richt uw energie op de meest dringende zaken. Dit zijn vaak niet de leukste, maar helpen wel bij het verminderen van de werkdruk. Zet ook tijd voor uzelf hoog op de prioriteitenlijst.

2. Schrap tijdverspillers

Houd u niet langer bezig met taken die veel tijd kosten en weinig opleveren. Stel deze desnoods uit tot rustigere tijden.

3. Zeg nee tegen nieuw werk

Maak duidelijk dat u er momenteel echt geen extra taken bij kunt hebben, helemaal niet als dringende werkzaamheden daarmee in het geding zouden komen.

Bron: 6Minutes en Managersonline.nl