

Verantwoordelijkheid Dag 3 • Persoonlijke verbinding

RAK-definitie: Verantwoordelijkheid is betrouwbaar zijn om de dingen te doen die van je worden verwacht of vereist.

In deze les zullen leerlingen verantwoordelijkheid onderzoeken door de lens van iets waar we allemaal mee worstelen, uitstelgedrag.

Wekelijkse doelstellingen

Studenten zullen:

- ☐ Analyseer zowel persoonlijke als zakelijke verantwoordelijkheden.
- ☐ Evalueer hun gemeenschap door de lens van verantwoordelijkheid.

Middelen / materialen

- ☐ **VIDEO:** [In de geest van een meester uitsteller | Tim Stedelijk](#)

Reflecteren / Beoordelen

Leveringen:

- ☐ Dagelijkse deelnamepunten
- ☐ **Verantwoordelijkheid**
Journalpost: Wat is iets dat mijn tijd saboteert en ervoor zorgt dat ik wil uitstellen? Wat kan ik doen om mezelf voor te bereiden op succes als het gaat om dingen doen die ik niet echt wil doen?

Deel

Discussie starters:

Uitstelgedrag is wanneer we dingen uitstellen die van ons worden verlangd of verwacht.

- Vindt u het gemakkelijk om door te gaan met de dingen die van u worden verwacht of vereist, of merkt u dat u ze uitstelt of uitstelt?
- Wat gebeurt er als we uitstellen?
- Waarom denk je dat mensen uitstelgedrag vertonen als ze weten dat ze dingen te doen hebben?



Inspireren

Horloge: [In de geest van een meester uitsteller | Tim Stedelijk](#)

Grote groepsdiscussie:

- Wat vind je van de analogie van de spreker? Heb je de 'instant gratification monkey' of 'paniekmonster' al eens meegemaakt?



Machtigen

Leid leerlingen door strategieën die hen kunnen helpen hun tijd beter te beheren. Vraag de cursisten wat ze doen om hun tijd en schema te beheren. Voeg deze dan toe aan de lijst:

- [De Pomodoro-techniek](#)
- [Probeer apps die de productiviteit helpen bijhouden, zoals 30/30](#)
- [Voer een tijdsaudit uit om te zien waar uw tijd daadwerkelijk naartoe gaat](#)
- [Creëer een Eisenhower Box om prioriteiten te stellen voor uw activiteiten](#)



Vraag leerlingen om te oefenen **een** van deze strategieën voor de volgende week en rapporteer hun resultaten.