

Stardunkk – De Eisenhower Matrix

De **Eisenhower Matrix** is een krachtig hulpmiddel om keuzes en prioriteiten helder te maken. President Dwight D. Eisenhower zei ooit: *“What is important is seldom urgent and what is urgent is seldom important.”* Voor 40+ ondernemers is deze matrix bijzonder waardevol, omdat werkdruk, gezin, gezondheid en bedrijf vaak samenkomen. De matrix verdeelt taken in vier kwadranten:

Belangrijk & Urgent	Belangrijk & Niet-Urgent
Crisis, deadlines, dringende problemen	Strategische planning, relaties opbouwen, gezondheid, leren
Niet-Belangrijk & Urgent	Niet-Belangrijk & Niet-Urgent
Onderbrekingen, mails, sommige meetings	Afleiding, tijdsverspilling, social media scrollen

Kwadrant 1: Belangrijk & Urgent

Taken die je direct moet doen. Crises, dringende problemen of harde deadlines. Deze kosten vaak veel energie en brengen stress met zich mee.

Kwadrant 2: Belangrijk & Niet-Urgent

De sleutel tot duurzame groei. Denk aan gezondheid, relaties, strategie en leren. Dit is waar je de meeste tijd wilt doorbrengen, want hier bouw je toekomst op.

Kwadrant 3: Niet-Belangrijk & Urgent

Taken die dringend lijken, maar vaak weinig echte waarde hebben. Bijvoorbeeld een telefoontje of mail die je aandacht opeist, maar geen strategisch verschil maakt.

Kwadrant 4: Niet-Belangrijk & Niet-Urgent

Afleidingen en tijdsverspillers. Denk aan eindeloos social media scrollen of onnodige vergaderingen. Minimaliseer deze.

Drie veelgemaakte fouten door 40+ ondernemers

1. Altijd brandjes blussen (Kwadrant 1)

Veel ondernemers van 40+ leven in een constante stroom van urgent werk. Ze reageren vooral op problemen van klanten, personeel of leveranciers. Hierdoor blijft er te weinig tijd over voor strategie, gezondheid of persoonlijke ontwikkeling.

2. Te veel tijd in mails & meetings (Kwadrant 3)

E-mails beantwoorden en in vergaderingen zitten voelt productief, maar draagt vaak weinig bij aan groei. Veel ondernemers geven hier dagelijks uren aan, waardoor hun focus op de belangrijke zaken wegvloeit.

3. Geen bewuste planning voor toekomst (Kwadrant 2)

Omdat men druk is met het urgente, schuiven ondernemers vaak de niet-dringende maar wel belangrijke zaken op: investeren in gezondheid, innovatie, leren of relaties. Dit leidt tot energieverlies en stagnatie op lange termijn.

Stardunkk Tip: Succesvolle ondernemers brengen minstens 50% van hun tijd door in **Kwadrant 2**. Dat betekent: bewuste keuzes maken, tijd blokken voor focus en prioriteit geven aan gezondheid en strategie. Gebruik de matrix dagelijks bij het plannen van je agenda – en reflecteer elke week waar je tijd écht naartoe ging.