



Selbst- und Zeitmanagement

"Es ist nicht wenig Zeit, die wir zur Verfügung haben - es ist viel Zeit, die wir nicht nutzen!" Seneca

Fühlen Sie sich auch manchmal fremdbestimmt? Sie haben einen guten Plan und Andere bringen ihn durcheinander! Die Unzufriedenheit steigt!

Wir finden in diesem Seminar gemeinsam heraus, welche Möglichkeiten der Selbststeuerung dennoch vorhanden sind. Ziel ist es, die zur Verfügung stehende Zeit effektiv und effizient zu nutzen - für berufliche und private Dinge. Und dabei werden **Sie agieren**, statt zu reagieren - schließlich sind Sie der Chef über Ihre Lebenszeit!

Inhalte

- Analyse der jetzigen Situation (Selbsteinschätzung: was steuere ich, was andere?)
- Wie organisiere ich meinen Arbeitsalltag und wie plane ich meine Zeit?
- Gibt es "Zeiträuber" und wie gehe ich mit Störfaktoren um?
- Welche Ziele habe ich? Welche Prioritäten setze ich?
- Wann darf ich auch mal "nein" sagen? Wie mache ich das?
- Wie organisiere ich meinen Arbeitsplatz zeitsparend?
- Wie gestalten wir Teambesprechungen effizient?
- Erarbeitung eines "neuen" Wochenplanes

Methoden

Vortrag, Gruppendiskussion, Einzelarbeit, Kleingruppenarbeit, Präsentation, Feedback

Teilnehmerkreis

**Dauer:**

2 Tage

Termine:

auf Anfrage Ort: Berlin

Seminargebühr:

€ 750,00 (+ 19% MwSt.)
pro Teilnehmer

Die Seminargebühr beinhaltet:

- Tagungspauschale (Tagungsgetränke, Mittagessen, Kaffeepausen)
- Arbeitsunterlagen (Handout, Schreibblock, Stift)
- Fotoprotokoll
- Teilnahmezertifikat
- Nutzung unseres Downloadcenters

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen.



Alle, die zufriedener mit ihrer Selbstorganisation und ihrem Zeitmanagement arbeiten wollen

Hinweis

Sie können dieses Seminar auch als **Inhouse-Seminar** buchen. Bitte nehmen Sie hierzu **Kontakt** ▶ mit uns auf.

Zufriedenheits-Garantie

Wir sind überzeugt von der Wirksamkeit und Nachhaltigkeit unserer Seminare. Sollten Sie mit einem Seminar, an dem Sie teilgenommen haben, nicht zufrieden sein, erstatten wir Ihnen die Seminargebühren zurück.

