Zeit- und Selbstmanagement: Steigerung der persönlichen Effektivität

Mehr leisten in immer kürzerer Zeit – die „Geschwindigkeit“ im Arbeitsleben hat zugenommen. Je umfangreicher die Aufgabenfülle ist, desto wichtiger ist die Konzentration auf das Wesentliche.

Die Fähigkeit zum zeitnahen Erledigen von wichtigen, dringenden Aufgaben ist eine der wichtigsten Herausforderungen des Internet-Zeitalters.

Lernen Sie, keine Energie mehr auf Nebenschauplätzen zu verbrauchen und so Ballast abzuwerfen, um Ressourcen für die Bewältigung Ihrer Kernaufgabe zu gewinnen.

Inhalte:

- Grundlagen effektiven Zeit- und Selbstmanagements
- Kreislauf des Selbstmanagements: Zielsetzung, Organisation, Planung, Realisation, Kontrolle
- Methoden und Arbeitstechniken des Zeit- und Selbstmanagement
- Prioritäten setzen und Ballast abwerfen
- Zielorientiertes Delegieren
- Störarme und störfreie Erledigungszeiten, Störfaktoren beseitigen
- „Zeitfresser“ identifizieren und vermeiden
- Persönliche Aspekte des Zeitmanagements: Die eigene Leistungskurve effizient einsetzen
- Unerledigtes sichtbar machen
- Das Tages-/Wochenprogramm und seine Planung

Zielgruppe:	Alle, die ein zielorientiertes und selbstgesteuertes Zeitmanagement erreichen wollen
Methodik:	Vortrag, Präsentation, Diskurs, Einzel- und Teamarbeiten, Brainstorming, Mindmapping
Seminarzeiten:	2-Tages-Seminar 1. Schulungstag von 10.00 Uhr bis 17.30 Uhr 2. Schulungstag von 9.00 Uhr bis 16.30 Uhr

ERFOLG KENNT KEINEN ZUFALL – ERFOLG IST PLANBAR

MODUL TRAINING

Seminartermine:	Berlin	21.-22.11.2011	16.-17.04.2012
	Stuttgart		26.-27.01.2012
	Dresden	26.-27.09.2011	12.-13.03.2012
	Hamburg	11.-12.07.2011	
	Köln		07.-08.05.2012

Seminarpreis: pro Person 820,– € zzgl. MwSt einschließlich:

- Umfangreiche Trainingsunterlagen, Schreibblöcke und Stifte
- Qualifiziertes Teilnehmerzertifikat
- Tagen in ausgewählten Hotels
- Mittagessen vom täglich wechselnden Lunchbuffet oder 3-Gang-Menü
- Kaffeepausen vormittags und nachmittags: Kaffee / Tee, saisonaler Obstkorb und Backspezialitäten
- Tagungsgetränke unbegrenzt

Inhouse Seminar: Mehr und mehr gewinnen Inhouse Schulungen aufgrund ihrer zahlreichen Vorteile an Bedeutung. Unser Tagessatz beträgt 1.000 € - 1.200 € zzgl. MwSt. einschließlich:

- Detaillierte Trainingsunterlagen, Schreibblöcke und Stifte
- Qualifiziertes Teilnehmerzertifikat
- Reisekosten und Spesen des Trainers
- Teilnehmerzahl bis 10 Personen

Haben Sie Fragen? Bitte sprechen Sie uns an.

Wir helfen Ihnen gerne weiter:

Tel. +49 7141 91132 -01
Mail info@modul-training.de