>>

Effiziente Zeitplanung & Selbstorganisation

Zusatzqualifikation für Top-Lehrlinge



Zeitmanagement bedeutet, die eigene Arbeit und Zeit zu beherrschen, anstatt sich von ihnen beherrschen zu lassen. Wenn Sie Ihre Zeit besser nutzen, gewinnen Sie in zweifacher Hinsicht: Zeit ist Geld! Zeit ist Leben!

Ihr Nutzen

Der Weg vom "Chaos-Management" zum Zeit- und Selbstmanagement wird in diesem Seminar bestritten. Im Rahmen dieses Seminars lernen Sie, wie Sie noch besser und vor allem effektiver unter den Aspekten Stress und sinnvolle Planung mit Ihrer Zeit umgehen können.

Voraussetzungen

Keine.

Preis pro Teilnehmer

EUR 650,- exklusive der gesetzlichen MwSt.

Seminardauer

2 Tag(e)/Day(s)

Seminarinhalte

Tag 1

- * Planen
- Pareto- Prinzip (ABC Analyse)
- Systeme der Zeitplanung
- Planen der Zeit
- Prioritäten setzen
- Tagesbeginn Tagesende
- * Delegieren
- Die richtige Übernahme von Aufgaben
- Das richtige Weitergben von Informationen und Aufgaben
- * Richtiges NEIN sagen
- Kommunikations-Tipps zum "Nein" Sagen

Tag 2

- * Zeitfresser
- Welche Zeitfresser habe ich
- Selbstanalyse
- Wie gehe ich mit Ihnen um?
- * Ziele definieren
- Zielsetzungsprozess
- Selbstdisziplin
- * Leistungskurve
- Meine Störkurve
- Meine Leistungskurve
- * Umgang mit Stress
- * Goldene Regeln des Zeitmanagement
- * Umsetzung in die Praxis

Methodik

Die Inhalte und Vorgehensweise werden auf die Situation von Lehrlingen angepasst. Die persönliche Zeitplanung und die Übernahme von Aufgaben stehen im Vordergrund.

Hinweise

Besondere Methodik: Das Seminar wird auf die Situation der Lehrlinge angepasst. Erlebnispädagogische Übungen werden zur Wissensvermittlung eingesetzt.

Version: N/A

