

Zeit fürs Wesentliche

Für mehr Fokus und Zeitsouveränität im Arbeitsalltag

Heutzutage findet das Leben vieler Menschen auf der Überholspur statt. Der Wettlauf gegen die Zeit, Termindruck und Hetze sind allgegenwärtig. Zeit ist das wertvollste Gut des Menschen – sie kann weder gespart noch eingetauscht oder zurückgewonnen werden. Der Spruch "Zeit ist Geld" beschreibt die Kostbarkeit zwar treffend, doch Zeit ist noch viel mehr – „Zeit ist Leben“.

Im Seminar vergleichen wir Zeit daher mit einem Diamanten. Entweder gleicht die Zeit einem Rohdiamanten oder einem geschliffenen Diamanten. Mit Zeitmanagement schleifen wir den Zeit-Diamanten und bringen ihn zum Strahlen.

Kursnutzen:

- ✓ Sie entwickeln ein Bewusstsein für Zeitmanagement als ein beeinflussbares, eigenes Verhalten.
- ✓ Sie erkennen ihre aktuelle Zeitkompetenz, lernen, ihr Zeitmanagement-Verhalten ganzheitlich zu verstehen und sensibilisieren sich für Störfaktoren am Arbeitsplatz.
- ✓ Sie bauen Ihre wahrgenommene Zeitkontrolle aus und steigern die eigene Selbstbestimmtheit Ihrer Zeitznutzung.
- ✓ Sie entwickeln individuelle Zeitmanagement-Strategien, verbessern den aktiven Umgang mit Ihrer Zeit und gewinnen Zeitsouveränität.



Kursinhalte:

- ✓ Die Theorie vom geplanten Verhalten und ihre Anwendung auf das Zeitmanagement mit den 4 Dimensionen Zeitbewertung, Planung, Umsetzung und Monitoring
- ✓ Mit dem persolog® Zeitmanagement-Profil die individuellen Stärken und Schwächen des eigenen Umgangs mit Zeit im beruflichen Umfeld ermitteln und analysieren
- ✓ Auseinandersetzen mit den 4 Dimensionen des Zeitmanagements und den darin enthaltenen 13 Kompetenzen von der Einflusswahrnehmung, Ziel- und Prioritätensetzung bis hin zu wirksamen Tools
- ✓ Start in ein neues Zeitmanagement mit individuellem Aktionsplan für mehr Zeitkompetenz und Zeit fürs Wesentliche
- ✓ 3-monatige Begleitung mit Transferimpulsen, um Ihren Arbeitsalltag nachhaltig zu verändern

Standardformat: 2-tägiges Businessstraining mit maximal 12 Teilnehmenden

Jetzt buchen!

+49 721 14 54 21 93

info@e3-trainings.de

www.e3-trainings.de