

Seminar: Zeit-Bewusst-Sein - Zeitabläufe begreifen und gestalten

Das Thema:

Unsere Überlastung ergibt sich aus der Überschneidung vielfältiger Aufgaben. Vieles muss gleichzeitig bearbeitet werden. Dies hat zur Folge, dass Aufgaben nur in Etappen erledigt werden können, vieles unerledigt bleibt und Entscheidungen unter Stress gefällt werden.

Der Inhalt:

- »» Das Erkennen Ihrer persönlichen Zeitfallen
- »» Ihre persönlichen Antreiber
- »» Die Vision vom leeren Schreibtisch
- »» Bewährte Methoden der Zeitplanung
- »» Die Erstellung von Tagesplänen
- »» Stress - Umgang und Vermeidung
- »» Der sinnvolle Einsatz Ihrer Energie
- »» Der Unterschied zwischen WICHTIG und DRINGEND
- »» Rationelles Lesen, Telefonieren und Korrespondieren
- »» Optimieren Sie Ihr persönliches Zeit-Verhalten
- »» Überprüfung der Aktivitäten zur Absicherung Ihrer Erfolge
- »» Persönliche Visions- und Zielarbeit

Die TeilnehmerInnen:

Wir wenden uns mit diesem Seminar an alle, die bewusster mit der Resource "Zeit" umgehen möchten und sich auch ihre Gesundheit und Energie erhalten wollen.

Inhouse-Schulungen und Seminare sind bundesweit möglich.

Dauer und Preis

Tagesseminar und nach Bedarf; auf Anfrage

Der Veranstalter:

Köber Personal- und UnternehmensBeratung

Herr Frank Köber

Betriebswirt (WA), Handelsfachwirt (IHK)

Dora-Stock-Straße 1

01217 Dresden

Tel. +49 351 475 83 950

Fax +49 351 475 83 951

Mail seminar@koeber.org

Web www.koeber.org