

Veranstaltungskalender



Zeitmanagement: Ihr Schlüssel zu mehr Lebensqualität und Effektivität

Termin: 22.03.2022
Zeit: 08:30 Uhr bis 16:30 Uhr
Ort: IHK-Zentrum für Weiterbildung
Schloßplatz 5 a, 96450 Coburg
Art: Seminare

Nutzen / Ziel:	<p>Erfolgreiche Menschen berichten oft, dass der bewusste Umgang mit der Zeit auf ihrem Weg zum Erfolg von maßgeblicher Bedeutung war.</p> <p>Angesichts der Anforderungen unserer Zeit werden die Techniken des Zeitmanagements, sowohl in der Kompetenz sich selbst zu führen als auch im Umgang mit dem eigenen Stress immer dringender benötigt. Und das nicht nur am Arbeitsplatz! Zwischen Verpflichtungen aller Art kommt häufig das Wichtigste zu kurz: Zeit für die Familie, Zeit für Freunde, Zeit für sich selbst, Zeit für Hobbys. Oder auch das Weiterverfolgen der eigenen beruflichen Karriere.</p> <p>Besseres Zeitmanagement bedeutet daher auch, mehr Zeit für die wirklich wichtigen Dinge des Lebens zu gewinnen. Konsequenter und systematischer angewendet, verhilft Ihnen Zeitmanagement dazu, bei gleichbleibendem Zeiteinsatz mehr zu erreichen.</p> <p>Mit diesem Seminar und dem dabei eingesetzten persolog® Zeitmanagement-Profil steht Ihnen auch im Anschluss ein modernes Lernprogramm in Form eines Arbeitsheftes mit jeder Menge praktischer Tipps zur Verfügung, mit dem Sie Ihr Zeitverhalten auch nach unserem gemeinsamen Tag stetig weiter verbessern können.</p> <p>Nutzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Sie erfahren, wo Sie schon stark sind und wo Sie sich noch entwickeln können ■ Sie wissen, wofür Sie Ihre verfügbare Zeit einsetzen wollen und wofür nicht ■ Sie erstellen effektive Zeitpläne, bei denen Sie am Ende des Tages/der Woche sagen: das Wichtigste ist erledigt! ■ Sie wissen, wie Sie mit Störungen umgehen, die Ihnen die Zeit rauben ■ Ihr angepasstes digitales Zeitverhalten schafft Ihnen zusätzliche Freiräume
Beschreibung:	<p><u>Inhalt:</u></p> <p>Zeitbewertung: Sie verstehen die Bedeutung einer ganzheitlichen Planung Ihrer Zeit, der Integration von Beruf, Privatleben und notwendiger Entspannung</p> <p>Planung in Form von Zielsetzung – Prioritätensetzung – Zeiteinteilung: Sie lernen die Grundkenntnisse effektiver Planung und wichtiger Tools dazu kennen</p> <p>Umsetzung in Bezug auf Einstellungen/Überzeugungen – Arbeitsorganisation – Digitales Konsumverhalten: Sie reflektieren den Einfluss von inneren und äußeren Störfaktoren auf die Umsetzung Ihrer Planung und verstehen, wie Sie sich gegen diese Störungen behaupten können</p> <p>Monitoring des persönlichen Zeitverhaltens: Sie verstehen den Stellenwert des permanenten Beobachtens und Nachkontrollierens der Zeitznutzung</p>
Zielgruppe(n):	Jeder, der seine wertvolle Zeit effektiver für die wichtigen und zielführenden Tätigkeiten verwenden will. Schwerpunkt Berufstätige.
Abschluss:	IHK-Teilnahmebescheinigung
Kosten:	210,00 €
Referent:	Karl-Heinz Flachs, Flachs-Personalentwicklung, Kürnach
Kontaktperson:	Doris Köhler doris.koehler@coburg.ihk.de 09561/7426-23
Anmeldeschluss:	08.03.2022