

Zeitmanagement „Ihre Zeit läuft“

Auch aus Sekunden werden Stunden

Zeitplanung – Störfaktoren – Methoden – Tipps und Grundlagen

**R
K** 
SEMINAR
Beratung - Schulung - Coaching

Haben Sie Ihrem Mann / Ihrer Frau schon ein Foto von sich geschenkt, damit Sie wiedererkannt werden, wenn sie spätabends nach Hause kommen? Sehen Sie Ihre Kinder nur noch am Wochenende, und auch dann erst, wenn sie schlafen? Suchen Sie schon wieder jemanden, der Sie beim Tennis vertritt?

Selber schuld !

Inhalte:

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie wieder Frau/Herr über Ihre Zeit werden. Sie lernen die verschiedenen Grundlagen und Methoden des Zeitmanagements kennen. Sie lernen, mit Störfaktoren umzugehen und Zeitdiebe zu eliminieren. Anhand von eindrucksvollen Beispielen und Ihren eigenen Erfahrungen erarbeiten Sie Möglichkeiten zum Selbstmanagement, rationellem und effektivem Arbeiten und ziel- und zeitorientiertem Planen.

Methodik:

Vortrag und Präsentation
Gruppen- und Einzelarbeit

Medien:

Flip-Chart, Pin-Wand, Overhead Projektor,
Zubehör

Teilnehmerzahl:

max. 20 Teilnehmer

Ort:

In Ihren Räumen

Termin / Dauer:

flexibel, 8 - 10 UE

Honorar:

nach Vereinbarung

Referent.

Roland Köhler, Handelsfachwirt
Trainer in der Erwachsenenbildung