



Zeit- und Selbstmanagement

Grundvoraussetzungen für die Zufriedenheit im Arbeitsleben sind die optimale Nutzung des Tages und das Gefühl, am Ende des Tages alles geschafft zu haben, was man sich vorgenommen hat. Dazu gehört, sich seiner Schwächen bewusst zu sein sowie die nötige Gelassenheit, hin und wieder den Papierkorb zu benutzen und seinen Tag souverän zu planen ohne ihn zu überfüllen.

Ziele/Nutzen

In diesem Seminar werden verschiedene Modelle, Methoden und Instrumente, aber auch praktische Tipps und Tricks vermittelt, die Ihnen einen effektiveren Umgang mit Ihrer Zeit ermöglichen.

Zielgruppe

Führungskräfte, Personalverantwortliche und alle Interessierten, die den eigenen Umgang mit der Zeit reflektieren und neue Wege des effektiven Umgangs mit Zeit kennen lernen wollen

Inhalte

- Bedeutung und individueller Umgang mit Zeit
- Kritische Verhaltensweisen und „persönliche Zeitfresser“ identifizieren und eliminieren
- Eisenhower-Prinzip, Pareto-Prinzip, Parkinson-Gesetz
- Ziele und Prioritäten setzen
- Grundsätze der Delegation
- Tagesplanung und Leistungskurve
- Diskussion, Fallbeispiele, Übungen

Trainer

Marco Pomsel, bsw

Termin Ort

8. April 2011, 9:00 bis 16:00 Uhr
bsw – Beratung, Service & Weiterbildung GmbH, Dresden

Teilnehmer

8 bis 10 Personen

Preis

245,- EUR/Teilnehmer zzgl. der gesetzlichen MwSt.
Im Preis sind Pausenimbiss, Getränke und Seminarunterlagen enthalten.
Das gesamte [Trainingsprogramm für Führungskräfte](#) (8 Module) gibt es zum Vorzugspreis von 1.675,- EUR/Teilnehmer.

Kontakt

bsw – Beratung, Service & Weiterbildung GmbH
Evelin Baumann
Rudolf-Walther-Straße 4, 01156 Dresden
Telefon 0351 4250227, Telefax 0351 4250226
E-Mail az-dresden@bsw-mail.de, Internet www.bsw-sachsen.de