



Zeit- und Selbstmanagement

„Ich bringe mich ans Ziel“

„Ich bin nie gescheitert. Ich habe erfolgreich Wege eliminiert, die nicht zum Ziel führen.“ (Thomas Edison)

Das Führen der eigenen Person ist grundlegende Voraussetzung dafür, seine eigenen Werte zu leben, Ziele zu erreichen und Verantwortung zu übernehmen.

Die Befriedigung unserer Bedürfnisse, unsere Fähigkeiten, unser Engagement und der Glaube an unseren Erfolg sind die wohl wichtigsten Einflussgrößen auf den Umgang mit uns selbst und unserer Zeit.

Im Seminar begeben sich die Teilnehmer auf die Ebenen ihrer Persönlichkeit, Ressourcen und individuellen Spannungsfelder, zu persönlichen Motiven und beruflichen Zielen.

Seminarinhalte

Das „ICH“ führen

- Meine Motive – Beweggründe des Handelns
- Inneres Team – innere Konflikte
- Prinzipien der Selbstverantwortung

Die „ZEIT“ nutzen

- Klassiker des Zeitmanagements
- Ordnungssysteme – innen und außen
- Dagegen halten – Coping und Resilienz

Das „SELBST“ organisieren

- Ressourcen finden und nutzen
- Die richtigen Dinge tun – Wege der Effektivität
- Die Dinge richtig tun – Hebel der Effizienz
- Lernen – Veränderungen leben

Dauer: 2 Tage