

## Ganzheitliches Time Management

### ZIELGRUPPE

Führungskräfte aller Stufen. Auch für vorgesehene Führungskräfte und MitarbeiterInnen, die in ihrer persönlichen Zeiteinteilung besser werden möchten.

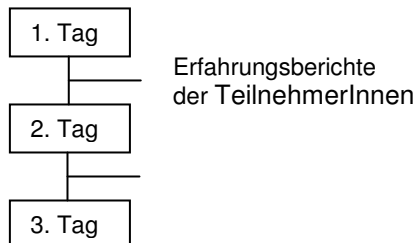
### ZIELBESCHREIBUNG

Das Seminar vermittelt eine ganzheitliche Erfahrung und nicht nur theoretische Kenntnisse. Sie entwickeln Ihre persönlichen Ziele und lernen Ihr eigenes Potential in Ihrem unternehmerischen Umfeld kennen. Sie sollen sich von unnötigen Routinearbeiten entlasten und Freiraum schaffen für kreatives und schöpferisches Tun und Denken.

### TRAININGSDAUER

3 Tage im Abstand von ca. drei Wochen

Intervall-Training mit konkreten Resultaten



### TRAININGSSCHWERPUNKTE

- Wo liegen die Hindernisse meiner persönlichen Zeitplanung?
- Arbeite ich oder werde ich gearbeitet?
- Der Termin mit sich selbst
- Umgang mit Zeitfallen und Prioritäten
- Warum wird in der Praxis oft so wirkungslos geplant?
- Wann sollte man NEIN sagen?
- Wie findet man das seelische Gleichgewicht?
- Was hat mein Stellenbeschrieb mit Time-Management zu tun?
- Wann werden unsere Verantwortungen operationell?
- Warum sollte ich meinen Stressfaktor kennen?
- Wie viel meiner Zeit ist selbstbestimmt?
- Welche Bedeutung haben die inneren Uhren des Körpers?
- Wo liegt der Schlüssel zu allen Fragen?
- Warum benötige ich ein persönliches Leitbild?
- Was erreiche ich durch Zielkoordination?