

Ziel-, Zeit- und Selbstmanagement – persönliche Effektivität und Effizienz Nr. 4.200



GFW-BAU

Die meisten Menschen kennen das Gefühl, zu wenig Zeit zu haben. Zeitdruck, Stress und Multitasking bestimmen sowohl unser Berufs- als auch unser Privatleben und kosten viel Kraft. Was kann man tun, um sich weniger gehetzt zu fühlen? Wie können wir die permanente Beschleunigung im betrieblichen Alltag und das Bedürfnis des Innehaltens und Nachdenkens miteinander in Einklang bringen? Im Mittelpunkt des Seminars steht die Frage und ihre eigene individuelle Analyse, nach ihren Kernzielen, wofür Sie ihre Zeit einsetzen und welches Maß an Zeit für welche Aufgaben benötigt wird. Aus dem Abgleich von individueller Analyse und Seminarinput resultieren dann ihre ganz persönlichen Maßnahmen.

Inhalt

- Berufliche, persönliche und private Ziele erkennen und formulieren
- Ziel-, Zeit- und Arbeitsplanung optimieren (Methoden/Hilfsmittel)
- Prioritäten richtig einsetzen
- Zeitfresser und Zeitdiebe erkennen und eliminieren
- Systematische Müllabfuhr
- Delegieren können
- Anforderungen und Erwartungen, wo es Sinn macht, erfüllen
- Freiräume definieren und nutzen
- Typgerechtes Selbstmanagement im Alltag

Teilnehmerkreis

Fach- und Führungskräfte im Bauwesen
(max. 12 Teilnehmer/innen)

Referent

Diplom Soz.-Päd. Axel Maslock, Personalcoach und Berater für Kommunikation im Baubetrieb

Inhaber und Geschäftsführer der
AM ProMotor Coaching, Essen

Anmeldung

Wenn Sie an dieser Veranstaltung teilnehmen möchten, füllen Sie bitte das Anmeldeformular aus und senden Sie es unterschrieben an uns zurück. Anschließend erhalten Sie umgehend eine Anmeldebestätigung.

In der Teilnahmegebühr sind ein Mittagessen und die Tagungsgetränke bereits enthalten.



100 Punkte

| Veranstaltungsnummer / Termine | Dauer | Veranstaltungsort | Preis | | |
|--------------------------------------|-------|-------------------|-----------------|--------------------|------------|
| | | | Innungsmitglied | externe Teilnehmer | |
| 4.200 04.10.2021 4.201 04.11.2021 | 1 Tag | Dortmund | 320,00 € | 380,00 € | netto |
| | | | 60,80 € | 72,20 € | 19 % MwSt. |
| | | | 380,80 € | 452,20 € | brutto |