

Mein Hamsterrad und Ich – Zeitmanagement, aber anders...

Sisyphus grinst Sie morgens schon im Spiegel an und Sie können es kaum erwarten, endlich wieder in Ihre Tretmühle zu kommen?

Und Seminare zum Zeitmanagement stehlen Ihnen ohnehin nur das, was sie bringen sollen?

Dann freuen Sie sich – zusammen mit weiteren anspruchsvollen Menschen – auf ein paar heiter-ernste Stunden beim „kürzesten Zeitmanagement-Seminar der Welt“.

Inhalte:

- Was macht der Hamster in seinem Rad – hat er Stress oder macht er sich welchen?
- Zeitmanagement-Quickie – denn die Zeit ist knapp...
- klassische Methoden des Zeitmanagements
- ständig erreichbar auf der Flucht...?
- Fels in der Brandung statt Hamster im Rad
- Leben im Gleichgewicht: Zeit optimal verteilen
- Umgang mit Lebenszeit: on the long run...

Hinweis:

Die Thematik eignet sich auch als Programmpunkt betrieblicher Gesundheitstage, bei Betriebsfesten und vergleichbaren Anlässen.

Klassische Methoden des Zeitmanagements werden ebenfalls vorgestellt.

Zielgruppe:

Mitarbeiter/innen aller Bereiche und Ebenen

Methoden:

Theorie-Inputs, Einzel- / Paar- / Gruppenarbeit, Übungen, kollegiale Beratung, Plenumsgespräche

Dozent:

Hans-Jörg Hayer, Dipl.-Kfm., Beratung – Coaching – Training, Trier