

Web Based Training (Seminar-Nr.: GFT2020-04.40.37)

Zeitmanagement

(Dauer: 60 Minuten)

Otto-Hahn-Str. 16
40721 Hilden
www.gft-eg.de

Es schreibt Ihnen:

Maria Puschilov
Mitgliederservice
Telefon: +49 2103 700-221
Telefax: +49 2103 700-105
m.puschilov@gft-eg.de

14.09.2019

WANN – WO - WER

Termin:

Jederzeit

Kosten:

GFT-Mitglieder:

189,00 Euro zzgl. MwSt.

Regulär:

289,00 Euro zzgl. MwSt.

Dauer:

ca. 60 Minuten

Zielgruppe:

Mitarbeiter/innen im
Innendienst

In Kooperation mit:



GenoAkademie

SEMINARINHALT

Das ist Ihr Nutzen:

Für ein effektives Selbst- und Zeitmanagement gibt es gute Gründe. Die Anforderungen steigen, der Termindruck erhöht sich und dynamische Strukturen und Prozesse erfordern ein hohes Maß an Flexibilität. Ein effektives Zeitmanagement ist daher unerlässlich und wichtiger denn je.

Nur mit einem gelungenen Zeitmanagement können Sie erfolgreich und ausgeglichen agieren. Zentrale Elemente sind klare Ziele und eine effektive Planung.

Ermitteln Sie durch eine Selbstanalyse Ihre Arbeitssituation, Ihr Arbeitsverhalten sowie Ihre persönlichen Zeitfresser. Lernen Sie grundlegende Tools und Techniken kennen. Profitieren Sie von den Tipps eines erfolgreichen Zeitmanagements und finden Sie mit den vier goldenen Fragen heraus, was wirklich für Sie wichtig ist.

Diese Inhalte erwarten Sie:

Einführung

- Warum Zeitmanagement?
- Selbstanalyse

Tools, Tipps und Techniken

- Ziele Aktivitäten planen
- Zeitbedarf
- Prioritäten
- Delegieren
- Umgang mit Kollegen
- Dokumentation
- Die ALPEN-Methode

Ihre individuelle Zeitplanung

- Ihre Leistungskurve
- Die Störkurve
- Pufferzeit – 60:40-Regel
- Arbeitsblöcke bilden
- Die stille Stunde
- Rhythmus
- Rituale
- Belohnung

Der Blick zurück

- Tipps
- Die 4 „Goldenen Fragen“
- Was wollen Sie persönlich verändern?

Web Based Training (Seminar-Nr.: [GFT2020-04.40.37](#))

Otto-Hahn-Str. 16
40721 Hilden
www.gft-eg.de

Zeitmanagement

(Dauer: ca. 60 Minuten)

Es schreibt Ihnen:

Maria Puschilov
Mitgliederservice
Telefon: +49 2103 700-221
Telefax: +49 2103 700-105
m.puschilov@gft-eg.de

14.09.2019

WANN – WO – WER

Termin:

Jederzeit

Kosten:

GFT-Mitglieder:

189,00 Euro zzgl. MwSt.

Regulär:

289,00 Euro zzgl. MwSt.

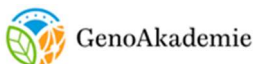
Dauer:

ca. 60 Minuten

Zielgruppe:

Mitarbeiter/innen in
Innendienst

In Kooperation mit:



GenoAkademie

Anmeldung

Firma

Mitgliedsnummer

Firmenname

Straße, Hausnummer

PLZ | Ort

Telefon

Teilnehmer:

Name1, Vorname1

E-Mail1

Name2, Vorname2

E-Mail2

Name3, Vorname3

E-Mail3

Teilnahmebedingungen:

Ich habe die Teilnahmebedingungen gelesen und akzeptiert.

Stempel / Unterschrift – verbindliche Anmeldung -