

Effiziente Arbeitsorganisation

Das Seminar widmet sich dem Erkennen und Wahrnehmen von Möglichkeiten des optimalen Einsatzes persönlicher Ressourcen. Ziel ist es, die eigene Lebensqualität und berufliche Leistungsfähigkeit zu fördern und Methoden zur Verbesserung des Zeitmanagements aufzuzeigen.

Wir setzen Impulse, beantworten Fragen und beleuchten diese Dinge aus verschiedenen Perspektiven. Die Teilnehmenden bekommen Wissen, was ihnen auf dem Weg zu ihrer „richtigen“ Balance helfen kann und reflektieren, wie sie Arbeitsbelastungen bewältigen können. Wir sprechen über Erfahrungen und erarbeiten uns einfache Instrumente, Techniken zur mentalen Stärkung und zum Selbstcoaching in stressigen Momenten.

Themen

Persönliche Bestandsaufnahme: IST-Zustand der eigenen Arbeitsorganisation und des eigenen Biorhythmus; anhand dessen erarbeiten Sie sich die Erkenntnisse und das Veränderungspotenzial

Alltägliche Zeitdiebe, Störfaktoren, etc. erkennen

Input zu Methoden der Arbeitsorganisation/Zeitmanagement passend zu Ihrer IST-Situation

Sie entwickeln sich eigene Strategien, um sich weiter zu entwickeln

Aktivierung der Eigenverantwortung und persönlicher Ressourcen

Teilnehmerstruktur

Alle interessierten
Mitarbeiter/-innen

Dozent/-in

Katrin Pappritz

Seminardaten

Seminarnummer
100.312/23-01

Termin
16.05.2023

Anmeldeschluss
25.04.2023

Entgelt

Zweckverbandsmitglieder
171,00 €

Nichtmitglieder
181,00 €