



24 Stunden Zeitmanagement

Haben Sie auch das Gefühl, immer weniger Zeit zu haben? Überall hört und liest man von „schnellebig“, „alles geht schneller“, alle haben „keine Zeit“ (und schon gar nicht zu verschenken) usw. Steigen Sie aus dieser Zeitspirale aus und nehmen Sie sich Zeit für die Zeit.

Erfahren Sie, was Zeit ist und was sie für Sie bedeutet, erleben Sie mit zeitgemäßer Methodik wie man sich Zeit nehmen kann ohne Zeit zu verlieren.

Wir nehmen uns die Zeit, mit Ihnen einen vollen Tag - also genau 24 Stunden - zu verbringen. Ein zeitloses Training voller Ideen und Techniken. Für Ihr Zeitmanagement.

Trainingsziele

Entdecken Sie ein völlig neues Zeitgefühl und lernen Sie, „Zeit“ neu zu definieren. Sie machen sich bewusst, sich die Zeit zu nehmen, die Sie für die Erledigung Ihrer Aufgaben benötigen.

Erlernen Sie den Zeitbedarf richtig einzuschätzen und dadurch Zeitdruck zu verringern. Gehen Sie mit Ihrer Umwelt entsprechend um, damit Ihre Zeitplanung erfolgreich ist. Entschleunigen Sie dadurch Ihren Arbeitsalltag ebenso wie Ihre Freizeit.

Mit effektiver Priorisierung, Selbstorganisation und zahlreichen Techniken schaffen Sie sich Zeit(fenster), für das Wichtigste: Sie selbst.

Trainingsinhalte

- » Definition und Bedeutung von „Zeit“
- » Gefühl für „Zeit“
- » Wofür brauchen wir (die) Zeit?
- » Umgang mit Zeitfressern und Zeitfallen
- » Selbstorganisation
- » Vermeidung von Zeitdruck
- » Kommunikation als Hilfsmittel
- » Effektive Zeitplanung
- » Das Pareto-Prinzip
- » Zeit gewinnen durch Prioritätensetzung

Ablauf

Das Zeitmanagement-Seminar dauert exakt 24 Stunden. Während dieser Zeit werden von Beginn bis Ende die einzelnen Themen erarbeitet. Begleitet werden Sie bei dieser einmaligen Zeiterfahrung von einem mehrköpfigen TrainerInnenteam, das Ihnen 24 Stunden lang unterschiedliche Perspektiven, Themen, Diskussionsgrundlagen etc. zum Thema Zeit näher bringt.

Sie entscheiden selbst, wann Sie Zeit für sich benötigen und sich zurückziehen - es gibt keine definierten Pausen- bzw. Erholungszeiten. Wir empfehlen bequeme Kleidung (Jeans, Jogging-anzug, etc.). Ein Hotelzimmer ist nicht erforderlich. Wir raten Ihnen an, sich am nächsten Tag abholen zu lassen.

Sie sehen, wir nehmen uns viel Zeit für Sie. Nur die Zeitanzeige fehlt während des gesamten Seminars: keine Uhren, keine Handies etc. (das dürfen Sie alles zuhause lassen oder uns zur Verwahrung übergeben). Sie wissen also weder die aktuelle Uhrzeit noch wieviel Zeit bereits verstrichen ist oder wieviel Zeit noch bevorsteht.

Leistungspaket

- » Professionelle Betreuung durch MTraining TrainInnen-Team
- » 24h Stunden Seminar
- » Verpflegung während des Seminars
- » Rückzugsmöglichkeiten
- » Einmaliges Erleben des Zeitgefühls

Information & Anmeldung

Für aktuelle Preis- sowie Anmeldeinformationen besuchen Sie bitte unsere Website.

MTraining - Mathias Cimzar e.U.
Castellezgassee 6/3, A-1020 Wien
Mobil: +43 (0)650 / 225 82 28
Email: m.cimzar@mtraining.at