

Seminar | Die Zeit, die bleibt ...



Zeitmanagement? An der Zeit gibt es eigentlich gar nichts zu managen – jeder Tag hat 24 Stunden für alle Menschen auf der Welt. In dieser Zeit sollen wir produktiv und kreativ sein, uns beruflich und privat weiterentwickeln und unsere Kinder auf dem Weg in ihr eigenes Leben begleiten. All die Inhalte unserer 24 Stunden können wir sehr wohl planen und organisieren.

Das Gefühl von Zeitdruck, Stress und Überlastung entsteht nicht nur durch äußere Einflüsse, sondern auch – und vor allen Dingen – in unseren Köpfen: Überzeugungen, Wünsche, Ansprüche an uns selbst. Um Zeitdruck zu reduzieren, sollten wir unsere Antreiber identifizieren und neue Denkmuster entwickeln.

Ziele

Sie bekommen einen Überblick über die Dinge, die Ihnen das Gefühl von Zeitdruck geben.

Sie verstehen, dass Perfektion nicht immer sein muss.

Wir schauen gemeinsam nach vorne und entwickeln Lösungsansätze.

Wir richten Ihren Blick darauf, Termine mit Leben zu füllen und nicht mehr das Leben mit Terminen.

Inhalte

Was gibt uns das Gefühl von Zeitdruck?

Was sind meine inneren Antreiber?

Nach vorne schauen und Lösungen finden.

Perfektion macht einsam.

Sofortmaßnahmen im Kalender.

Terminstress lindern.

Durchführung

Zielgruppe
alle Mitarbeiter

Dauer
1 Tag, 09:00-17:00 Uhr

Ort
Georg-Asmussen-Haus,
Böckmannstr. 3, 20099
Hamburg
geschlossene Kurse nach
Kundenwunsch im Raum
D-A-CH

Sprechen Sie uns gerne an: 040 / 8668 422-0 oder team@bigut.de