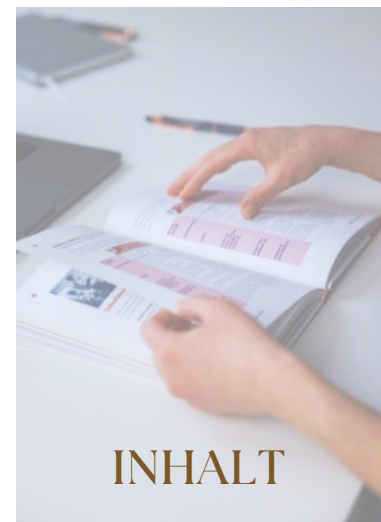


Zeit in Balance

Mit Zeitmanagement die Kontrolle gewinnen für mehr Fokus und Zeitsouveränität im Arbeitsalltag

Heutzutage findet das Leben vieler Menschen auf der Überholspur statt. Der Wettlauf gegen die Zeit, Termindruck und Hetze sind allgegenwärtig. Zeit ist das wertvollste Gut des Menschen – sie kann weder gespart noch eingetauscht oder zurückgewonnen werden. Der Spruch "Zeit ist Geld" beschreibt die Kostbarkeit zwar treffend, doch Zeit ist noch viel mehr – „Zeit ist Leben“. Im Seminar vergleichen wir Zeit daher mit einem Diamanten. Entweder gleicht die Zeit einem Rohdiamanten oder einem geschliffenen Diamanten. Mit Zeitmanagement schleifen wir den Zeit-Diamanten und bringen ihn zum Strahlen.

- Theorie vom geplanten Verhalten und ihre Anwendung auf das Zeitmanagement mit den 4 Dimensionen Zeitbewertung, Planung, Umsetzung und Monitoring
- persolog® Zeitmanagement-Profil: Analyse der individuellen Stärken und Schwächen des eigenen Umgangs mit Zeit
- Auseinandersetzen mit den wirkungsvollsten Kompetenzen der effektiven Zeitnutzung
- Start in ein neues Zeitmanagement mit individuellem Aktionsplan für mehr Kontrolle und Fokus im Arbeitsalltag



Durch das Seminar gewinnen die Teilnehmer Klarheit über ihr bisheriges Zeitmanagement-Verhalten und entwickeln ein tiefgreifendes Verständnis für ihre eigenen Zeitkompetenzen und mögliche Störfaktoren. Mit leicht umsetzbaren Strategien steigern sie ihre Zeitsouveränität und Selbstbestimmtheit im Umgang mit einer ihrer wertvollsten Ressourcen: der Zeit.

**Kennenlerngespräch vereinbaren, Angebot einholen, Seminar buchen:
mail@hoffmann.coach | 0721 98 96 36 10**



Rahmendaten

- in Präsenz oder online
- Inhalte modular aufgebaut
- wissenschaftlich fundierte Selbsteinschätzungsprofile
- umfangreiches Arbeitsbuch - gedruckt oder digital
- praxisnah - mit direkt umsetzbaren Impulsen und Methoden
- zeitlich flexibel aufteilbar - von Lernhäppchen bis zweitägig, von einmalig bis zu nachhaltigen Kursen über einen längeren Zeitraum
- empfohlene Gruppengröße: bis zu 12 Teilnehmer

*Verbindung
schafft Möglichkeiten*

Jetzt sind Sie an der Reihe!

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, mentale Gesundheit im täglichen Leben zur Priorität zu machen - als Mitarbeiter, Führungskraft oder Privatperson.

Sie sind fündig geworden? Dann holen Sie sich direkt Ihr Seminarangebot ein!

Sie sind noch nicht sicher? Vereinbaren Sie ein unverbindliches Beratungsgespräch mit mir!

Ich freue mich darauf, Sie kennenzulernen!



Kontakt

hoffmann.coach

mail@hoffmann.coach

+49 159 0129 3444

+49 721 9896 3610