



Arbeitsorganisation und Selbstmanagement

Ersticken auch Sie in einer Flut von Informationen und Aufgaben?

Leider lässt sich Zeit nicht vermehren. In diesem Blended Learning Seminar geht es um die Entwicklung und Anwendung erfolgreicher Zeit-, Arbeits- und Organisationstechniken. Sie lernen effektiver und effizienter zu arbeiten und auch andere dazu zu motivieren. Das Gelernte wird bereits während des Kurses in Ihrem beruflichen Arbeitsumfeld angewandt. Sie erzielen dadurch sofort und spürbar nachhaltigen Erfolg.

Lernziele

- Sie steigern Ihre persönliche Leistungsfähigkeit und Arbeitseffizienz durch optimierte Arbeitsorganisation, Selbstmotivation und Stressbewältigung
- Sie nutzen die Ihnen zur Verfügung stehende Zeit optimal durch systematische und disziplinierte Zeitplanung
- Sie fühlen sich entlastet und senken Ihren Stressfaktor

Zielgruppe

- Führungskräfte im mittleren Management
- Nachwuchsführungskräfte
- Mitarbeiter, die sich persönlich weiterbilden wollen
- Personen die sich entlasten und ihre Zeit effektiver nutzen wollen

Inhalte

- Arbeitsorganisation
- Selbstorganisation
- Zeitmanagement
- Stressbewältigung

Themen

- Zeit wahrnehmen, Zeit nutzen
- Einstellungen und Werte
- Ziele setzen
- Prioritäten setzen
- Effektiver arbeiten
- Tages- und Wochenplanung
- Nutzung von Planungssystemen
- „Stille Stunde“
- Umgang mit Störungen
- Umgang mit Informationen
- Delegation
- Besprechungen und Sitzungen
- Arbeitsplatzorganisation
- Umgang mit Stress

Lernmaterialien

- Arbeitsheft mit Tests und Aufgaben
- Web Based Training zur Wissensvermittlung
- Aktionspläne
- Aufgabenstellungen des E-Trainers

Umfang

3 Wochen berufsbegleitend mit
1 Präsenzworkshop und 3 Online-Meetings

nach Wochen	ca.
1. Woche	10,5 h
2. Woche	6,5 h
3. Woche	5 h
Durchschnittlich	7 h

nach Aufgabenbereichen	ca.
Präsenzworkshop	5 h
WBT-Bearbeitung	3 h
3 Online-Meetings	3 h
Einzel-/Gruppenarbeit	11 h
Summe	22 h

Optionale Abschlussveranstaltung in
Präsenz zusätzlich buchbar.

Teilnehmeranzahl

mindestens 6 Personen

Zertifikat

Die erfolgreiche Teilnahme wird
Ihnen mit einem campus3000.de
Zertifikat bescheinigt

Preis

pro Teilnehmer

6–8	Teilnehmer	880 EUR
9–10	Teilnehmer	780 EUR
11–12	Teilnehmer	720 EUR
ab 13	Teilnehmer	690 EUR

zzgl. 19 % MwSt.

+ Reisekosten/Verpflegung für Trainer
Räume und Verpflegung durch Auftraggeber
exkl. Abschlussveranstaltung

Info und Anmeldung

Tel.: +49 9191 35 3000-0
info@campus3000.de
www.campus3000.de