

Ziele entdecken – Wege finden

Mehr Spaß und Erfolg durch Selbstorganisation

Vorschlag - Ablauf

1. Wer bin ich?

- Eule oder Nachtigall?

2. Was ist meine Ist-Situation?

Mustererkennung

- Stärken und Schwächen in der persönlichen Organisation
- Störungen und Unterbrechungen in der Arbeit reduzieren - Sägeblatteffekt
- Zeitdiebe erfassen und vermeiden – Schieberitis als Zeitfalle

3. Was würde ich gerne erreichen bzw. wie würde ich gerne leben und arbeiten?

Ziele entdecken

- Vom Elend guter Vorsätze.....
- die Kunst der Selbstmotivation

4. Wie komme ich dorthin?

Wege finden - kleiner Methodenworkshop

- ABC-Methode und daraus entstehender Tagesplan
- Pareto-Prinzip
- Pufferzeiten – die 60- 40-Regel
- Das Richtige im richtigen Moment
- Pausen

5. Was wäre der erste mögliche Schritt?

- Eine neue Methode, die ich ausprobieren möchte
- Umgang mit Widerständen.

6. Jetzt pack ich´s an!

Neuer Tag – neues Glück

- Prinzip der Schriftlichkeit
- Umsetzung des Erlernten in die Praxis

Methoden:

Impulsvortrag, Einzel- und Gruppenarbeit, Austausch.

Nach der detaillierten Klärung von Aufgabenstellung und Zielen mit dem Auftraggeber erarbeite ich jedes meiner Trainings oder Coachings individuell. Dadurch erhält jeder ein auf seine Bedürfnisse abgestimmtes Seminar-Design, das größtmögliche Zielerreichung garantiert.