

Intensiv-Seminar

Selbst- und Zeitmanagement im Einkauf

Inhalt

Stress ist ständiger Begleiter einer immer schneller und komplexer werdenden Arbeitswelt. Stress ist in erster Linie aber eine psychische Belastung, die im Extremfall bis zu physischen Problemen durchschlagen kann. Gilt es in diesem Zusammenhang auch für das gesamte Unternehmen einen verbindlichen Umgang mit Kapazitäten und Terminen zu definieren, so ist doch letztlich wieder jeder Einzelne aufgefordert sein Arbeitsumfeld zu organisieren und sein eigenes Selbst- bzw. Zeitmanagement zu optimieren.

Erfahren Sie zu welchem Typ in Hinblick auf Organisationsstärke oder -schwäche Sie gehören, ob Sie eher Links- oder Rechtshirner sind und was das für Sie und Ihre Arbeitsweise heißt. Ob für Sie der Abend oder der Morgen das „berühmte Gold im Mund“ hat und wie Sie in Kombination aus Bio-Rhythmus und persönlicher Störungskurve das Optimum an Arbeitsqualität durch konzentriertes, ungestörtes Arbeiten mit Ihrer Lebens(Arbeits-)zeit erreichen und nicht gegen Sie arbeiten.

Das Seminar hilft dem Teilnehmer bei der proaktiven Organisation seines Arbeitsumfeldes und bei der terminlichen Abarbeitung der Aufgaben durch die A-K-T-I-V-Methodik. Er erhält Einblick in erprobte Methoden und Prinzipien des Organisations- und Zeitmanagements, wie dem Sofort-Prinzip, effiziente Effektivität versus Perfektion, die Prioritäten-Matrix, der Skript-Methodik, Umgang mit dem e-Mail-Wahn, etc..

Ihr Gewinn

Sie kennen Ihren persönlichen Organisations- und Störungstyp, sowie Ihre persönliche Leistungskurve und organisieren sich und Ihren Arbeitsalltag nach einfachen, praktikablen Regeln der A-K-T-I-V-Methodik. Sie steigern zukünftig Ihre Motivation durch Erreichtes, reduzieren Ihre Demotivation durch weniger Unerledigtes und erhöhen somit Ihre eigene Arbeits-Effektivität und -Effizienz.

Teilnehmerzahl

Maximal 10 Teilnehmer, da Intensiv-Seminar mit hoher Teilnehmeraktivierung.

Seminarplan

Optional 1 Tag von 09:00 bis 17:00 Uhr

oder 2 Tage inkl. persönlichem, individuellem Training (Ansatzfindung)