

Selbstmanagement mit System

Beschreibung:

Entweder Sie bestimmen über Ihre Ziele, Ihre Zeit und Ihre Energie oder aber die äußeren Umstände werden den Verlauf Ihres Lebens bestimmen. Im Rahmen dieser Veranstaltung wird den Teilnehmern verdeutlicht, wie wichtig es ist, die eigenen Ziele zu konkretisieren und anhand der vorhandenen Ressourcen systematisch und kontinuierlich zu verfolgen. Dabei geht es aber nicht darum, eine vorgefertigte Methode „von der Stange“ zu übernehmen, sondern ein eigenes, auf sich selbst zugeschnittenes System zu entwickeln, dieses in den Alltag zu integrieren und es in regelmäßigen Abständen zu optimieren. Das Ergebnis ist eine zunehmende Klarheit über die eigenen Ziele und ein strukturiertes Vorgehen bei deren Umsetzung. Gleichzeitig geht es dabei aber auch um einen Gewinn an Kreativität, Intuition und mehr Lebensqualität.

Schwerpunkte:

- Sinn und Zweck von Selbstmanagementsystemen
- Ein Überblick über die verschiedenen Ansätze
- Klarheit über die eigenen Werte und Ziele
- Anregungen für die Erstellung eines eigenen Systems
- Grundzüge des Zeitmanagements

Gestaltbarkeit:

Seminar in einem ein- bis dreitägigen Format