

Rámcový přehled obsahu kurzu Timemanagement

Základní délka kurzu je jeden den. Kurz může být na požádání přizpůsoben do 1 - 3 dnů v závislosti na množství praktických cvičení a rozsahu probírané látky. Výuka probíhá na učebně v době od 9.00 do 16.00. Optimální počet posluchačů v kurzu je osm. Součástí kurzu jsou výukové materiály.

Cílem semináře timemanagement je naučit účastníky analyzovat svůj pracovní styl a najít rezervy a možnosti jak efektivněji pracovat v čase. A zároveň se naučit efektivně řídit porady jako jednoho z možných "časozroutů".

Kurz je určen manažerům nižší a střední úrovně, obchodníkům a vedoucím projektů, všem, kteří chtějí efektivně komunikovat se svými partnery.

Přínos kurzu pro účastníky:

- Umění jasně stanovovat priority
- Efektivní plánování
- Tvořivé myšlení a maximalizace výstupů za určité období
- Efektivní komunikace
- Schopnost využít čas jako dobrého sluhu – ne jako špatného pána

Kurz je rozdělen do osmi vyučovacích hodin s následujícím přehledem probírané látky:

- Stanovení pravidel výcviku, vzájemné seznámení a kolečko očekávání
- Pojetí efektivity, pojetí času a jeho vztahu k penězům
- Work-life ballance
- Prokrastinace a způsoby, jak se jí bránit, proaktivita a její význam, křivka pozornosti
- Naléhavost a důležitost – Eisenhowerův princip
- Paretovo pravidlo
- ABC analýza - stanovování priorit, cvičný příklad na priority
- Osobní vize
- 3 úrovně cílů – strategie, taktika, operativa
- Plánovací systémy – nástroje manažera pro 21. století
- Efektivní komunikace a WIN to WIN princip
- Pochopení druhých jako klíč k úspěchu
- Aktivní naslouchání a efektivní učení
- Zásady delegování (x zadávání úkolů) - postup
- Kvadranty úspěchu a obnova sil
- Výkonnostní křivka
- Budování návyků
- Praktické rady k řízení času – workshop
- Akční plán - první kroky v praxi
- Zhodnocení a závěr kurzu

Celý výukový program je koncipován jako výcvikový kurz, v němž se střídá výklad lektora s praktickým výcvikem a případně s „role plays“ s videozáznamem, skupinovým řešením cvičných příkladů a sebepoznávacích testů. Při výuce je využívána didaktická technika.

Tato osnova obsahuje rámcový přehled učiva kurzu. Neobsahuje podrobné položky základního charakteru, které se samozřejmě probírají také. Rozsah a podrobnost probírané látky budou upraveny dle schopností účastníků kurzu. Na přání účastníků kurzu jsme schopni celou osnovu upravit a kurz přizpůsobit jejich konkrétním potřebám.