



BUSINESS
PROJECT
MANAGEMENT
GROUP

Projekty: On Time. On Budget.
Business Project Management

Panowanie nad swoim czasem

*zaprasza firma **Business Project Management Group***

Inspirujące zajęcia z planowania swoim czasem

Utrata panowania

Zastanowiłeś się nad pytaniem: Jaki aspekt wykonywanej przez Ciebie pracy przysparza Ci najwięcej problemów i nerwów? Najczęściej odpowiada, że brakuje mi czasu na zajęcie się wszystkim co wchodzi w zakres moich obowiązków.

Jeżeli Twoja odpowiedź jest zgodna z powyższą dopowiedzią to nie martw się tym, ponieważ nie jesteś jedyną osobą, która ma z tym problem. W dzisiejszych czasach coraz więcej osób/menadżerów ma wrażenie, że traci Panowanie nad swoim własnym czasem. Potwierdzeniem jest wrażenie, że za dużo czasu poświęcam na niepotrzebne spotkania służbowe, czytanie maili oraz nic niewnoszących informacji.

Szkolenie

Celem szkolenia jest

- ✓ Znaleźnienie mocnych i słabych stron w zarządzaniu czasem
- ✓ Nauczyć jak znaleźć czas na rzeczy ważne
- ✓ Panowanie nad swoim czasem

Zapisując się na szkolenie będziesz potrafił panować nad swoim czasem. Przed zapisaniem przeczytaj program:

Panowanie nad swoim czasem

- ✓ Zarządzanie sobą w czasie

Określenie własnej misji

- ✓ Język proaktywny a reaktywny
- ✓ Określenie obszaru zainteresowań oraz możliwości
- ✓ Określenie misji

Moje własne cele

- ✓ Efektywne ustalenie celów
- ✓ Cele w zarządzaniu mojego czasu

Sztuka doboru priorytetów

- ✓ Wykonywanie tego co jest najważniejsze
- ✓ Metoda ABC
- ✓ Zasada PARETO
- ✓ Zasada Eisenhowera
- ✓ Delegowanie zadań
- ✓ Metoda ALPEN

Planowanie

- ✓ Metody planowania
- ✓ Szybki sposób tworzenia lista zadań

Uczestnicy po ukończeniu kursu

Potrafiają

- ✓ Planować i organizować swój czas
- ✓ Podejmować słuszne decyzje
- ✓ Definiować cele
- ✓ Ustalić właściwe priorytety

Wzmacniają własną

- ✓ Umiejętność zarządzania czasem
- ✓ Umiejętność planowania
- ✓ Umiejętność właściwej priorytetyzacji
- ✓ Pewność siebie
- ✓ Wartość swojej osoby

Harmonogram warsztatów

od 9:00 do 9:15	Przywitanie. Kawa, herbata.
od 9:15 do 10:20	Szkolenie
od 10:20 do 10:30	Przerwa kawowa
od 10:30 do 13:00	Ćwiczenia, zajęcia
od 13:00 do 13:45	Obiad
od 13:45 do 14:15	Kreatywna gra
od 14:15 do 15:40	Ćwiczenia, zajęcia
od 15:40 do 15:50	Przerwa kawowa
od 15:50 do 16:50	Ćwiczenia, zajęcia
od 16:50 do 18:20	Konsultacje indywidualne

Prowadzący

Robert Gromada – specjalista od zarządzania projektami, zarządzania strategicznego oraz tworzenia biura projektowego. Absolwent Polsko-Japońskiej Wyższej Szkoły Technik Komputerowych. Ma bogate doświadczenia w użyciu MindMappingu oraz technik związanych z kreatywnością. Prekursor oraz autor wielu unikatowych, rozwiązań informatycznych między innymi dla branży farmaceutycznej, bankowej oraz teleinformatycznej. Metody Zarządzania Projektami prowadzący stosuje we własnym życiu codziennym i zawodowym. Techniki te wykorzystuje przy pracy związanej z zarządzaniem projektami, projektach informatycznych oraz w technikach szkoleniowych. Współautor portalu www.skutecznyprojekt.pl

Miejsce szkoleń i terminy

Warszawa 09-11-2009 19-03-2010

Inwestycja

1300 zł za osobę

Uczestnicy otrzymują dodatkowo

- ✓ Komplet materiałów
- ✓ Kawa, herbata w czasie przerw kawowych
- ✓ Dyplom ukończenia szkolenia

Zakwaterowanie i wyżywienie uczestnicy organizują we własnym zakresie