



ZARZĄDZANIE SOBĄ W CZASIE

Data: 27 stycznia 2018

Godzina: 14:00-17:00

Liczba godzin: 3

Forma szkolenia: warsztaty

Prowadzący: dr Jacek Sobek

Cena:

145 zł – Członek LST, PSBT, STP, PT Tepis, pracownik i student UMCS, KUL

185 zł – uczestnik niezrzeszony

Liczba miejsc ograniczona. Maksymalna liczba uczestników w grupie – 15. O przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.

*„To jak długo lub ciężko pracujemy nie znaczy wiele:
naprawdę liczy się to, jakie każdy z nas osiąga wyniki”
Steven Brown*

Niektórzy z nas biorą pod uwagę tylko ogólny rezultat pracy i mają nadzieję, że wykonują prawidłowe czynności. Zwykle jednak są rozpraszeni i wówczas zaczynają wykonywać czynności niekoniecznie zbliżające ich do celu. Jednym ze skutecznych sposobów oszczędności w wydatkowaniu własnej i cudzej energii jest racjonalne gospodarowanie czasem. Celem proponowanych zajęć warsztatowych jest nabycie umiejętności panowania nad własną pracą i czasem po to, aby łatwiej można było koncentrować się na rzeczach istotnych i rozwiązywać je bez zbędnych korowodów.

Program warsztatów

- Analiza typowych problemów związanych z wykorzystaniem czasu
- Identyfikacja podstawowych „złodziei” czasu
- Ustalanie priorytetów
określenie zadań pilnych, ważnych i mniej istotnych – zasada Eisenhowera
dystrybucja nakładu czasu – analiza ABC i zasada Pareto
- Planowanie własnej aktywności
krzywa koncentracji
harmonogram prac
- Postępowanie w sytuacjach rutynowych
korespondencja i materiały do czytania
telefony i zebrania

Prowadzący: dr Jacek Sobek

- Doświadczenie praktyczne w biznesie i dzieleniu się wiedzą:
- Blisko 25 lat doświadczeń w szkoleniu menedżerów i handlowców korporacji oraz średnich i małych firm
- Wieloletnie doświadczenie doradcze w zakresie prowadzenia i rozwoju firm
- Kilkunastoletnie doświadczenie w sprzedaży



-
- Bogate doświadczenie w prowadzeniu treningów „one to one”, coachingu i mentoringu dla top menedżerów i specjalistów czołowych firm w Polsce i na świecie
 - Mentor i trener młodych sportowców w zakresie utrzymywania motywacji i odporności psychicznej
 - Wykładowca w prestiżowym brytyjskim programie The Chartered Institute of Marketing
 - Wykładowca na studiach MBA i studiach podyplomowych m.in. w: Akademii Leona Koźmińskiego, Uczelni Łazarskiego, UMCS i KUL oraz Szkole Głównej Handlowej w Warszawie

ZAPRASZAMY!