

Personlig effektivitet

KUNSTEN ER IKKE AT SÆTTE MÅL,
MEN AT NÅ DEM

Afvikles nu også som kursus over to dage med indlæg, debat og praktiske øvelser

Forud for kursets start tilbydes hver kursist en samtale, hvor der fokuseres på den enkeltes styrker, svagheder, forventninger og mål. Som opfølgning på kurset aftales der individuel sparring/coaching to-tre uger efter kursets afslutning.

UDBYTTE

Personlig effektivitet afspejles positivt i hele virksomheden. Med den øgede arbejdsglæde udnyttes medarbejdernes ressourcer bedre, stressniveauet nedsættes, nye metoder og vaner implementeres med succes, og i sidste ende ses forandringerne gennem sunde, økonomiske resultater.

Kurset henvender sig til alle, der ønsker større arbejdsglæde og overskud i dagligdagen.

TEMAER

På kurset fokuseres på emner som:

HOLDNING

- Vær proaktiv – vælg din holdning.
- Gode og mindre gode vaner.
- Vaneopbygning.
- Motivation og selvmotivering.
- Engagement.
- Indflydelse.

PLANLÆGNING OG MÅLSÆTNING

- Begynd med slutningen – sæt mål.
- Gør det første først – planlæg og prioriter.
- Gør det nu.
- Bekæmpelse af udsættelsesadfærd.
- Tidsstyring.
- Delegering.

SAMARBEJDE OG RELATIONER

- Tænk win/win.
- Skab synergi.

KOMMUNIKATION

- Forstå andre for derefter selv at blive forstået – empati.
- Personprofiler.
- At lytte med indlevelse.
- Feedback.
- Ordene, måden og kropssproget.

ANSVARET ER DIT

- Selvdisciplin og vedholdenhed.

ØKONOMI

Pris pr. deltager: 8.400 kr.

Ved flere deltagere fra samme virksomhed gives 10 % rabat. Prisen inkluderer to individuelle sparringer, kursusmateriale udviklet af Optika og forplejning. Alle priser er ekskl. moms. Ved interne virksomhedskurser aftales en fast pris pr. hold.

TIDSPUNKT

Den 30.-31. januar 2008, begge dage fra kl. 9.00-16.00.

Få yderligere info på www.tindborg-sparring.dk under nyheder.