



Centrum Innowacji
Prolearning MICHAŁ
KOŁODZIEJCZYK



Zarządzanie sobą w czasie

Numer usługi 2017/03/17/11943/47810

📍 Poznań / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 0 h

📅 20.03.2017 do 31.03.2027

1 168,50 PLN brutto

950,00 PLN netto

0,00 PLN brutto/h

0,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Biznes / Organizacja
Minimalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	30-03-2027
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	0

Cel

Cel edukacyjny

Poznanie znaczenia planowania i organizacji pracy w podwyższaniu własnej efektywności. Nauczenie się priorytetyzacji zadań.

Identyfikacja przeszkód efektywnego zarządzania czasem. Zrozumienie znaczenia i wpływu aktywności pozazawodowych na życie zawodowe

Kwalifikacje

Program

Po szczegółowej analizie potrzeb oraz biorąc pod uwagę obszerność poszczególnych zagadnień tematycznych, wybrane zostaną z Klientem 2-3 moduły podlegające realizacji podczas szkolenia.

Wprowadzenie w zarządzanie sobą w czasie

- reguły dobrego planowania w praktyce;
- rola planowania i organizacji pracy w podwyższaniu własnej efektywności;

- zarządzanie czasem we współczesnym biznesie;

Zasady zarządzania sobą w czasie.

- planowanie spraw ważnych – priorytetyzacja zadań;
- planowanie i organizacja czasu;
- zasady poprawnego stawiania celów – innowacyjne metody;
- delegowanie zadań;

Co przeszkadza efektywnie zarządzać czasem?

- trudne sytuacje (problemy z asertywnością, stres, rutyna);
- najczęstsze błędy (odwlekanie, perfekcjonizm, pracoholizm);
- identyfikacja własnych złodziei czasu;
- indywidualny plan własnej efektywności w czasie;

Aktywności pozazawodowe jako sposób na harmonijne łączenie pracy i życia prywatnego

- funkcje, role życiowe, priorytety życia;
- rola postawy proaktywnej w życiu w zarządzaniu sobą w czasie;

Indywidualna symulacja procesu planowania zadań wraz z identyfikacją i weryfikacją błędów.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 168,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	0,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	0,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 0

Brak wyników.

Informacje dodatkowe

Informacje dodatkowe

Klientów indywidualnych prosimy o kontakt z Centrum Innowacji ProLearning, w celu uzyskania bieżącego harmonogramu szkolenia. Istnieje możliwość dostosowania się pod preferencje terminowe Klienta.

Adres

Jana Matejki 62/
Poznań
woj. wielkopolskie

Kontakt



Magdalena Płachytka

E-mail marketing@prolearning.pl

Telefon +48 508 913 532