



Centrum Innowacji
Prolearning MICHAŁ
KOŁODZIEJCZYK



Efektywność osobista

Numer usługi 2017/04/05/11943/51172

📍 Poznań / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 0 h

📅 06.04.2017 do 30.04.2027

1 168,50 PLN brutto
950,00 PLN netto
0,00 PLN brutto/h
0,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
Minimalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	29-04-2027
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	0

Cel

Cel edukacyjny

Celem spotkań jest zapewnienie zrównoważonego rozwoju kobiet poprzez zdobycie umiejętności praktycznych i wiedzy z zakresu organizacji czasu zawodowego/prywatnego, zadań i celów wpływających na efektywność osobistą i zawodową. Szkolenie rozwija następujące kompetencje:

zdefiniowanie i rozpoznanie własnej efektywności osobistej,
umiejętność korzystania z narzędzi zarządzania czasem zawodowym i osobistym,
priorytetyzowanie zadań i umiejętne delegowanie zadań w miejscu pracy i najbliższym (rodzina, przyjaciele),
zarządzanie własną krzywą wydajności z podziałem na obowiązki zawodowe i rodzinne,
umiejętne planowanie zadań zawodowych i prywatnych,
stosowanie narzędzi zarządzania czasem we współpracy z innymi,
umiejętność hierarchizowania zadań,
samorealizacja – eliminowanie trudności wpływających na efektywność osobistą,
umiejętność identyfikowania złodziei czasu i narzędzia ich eliminowania.

Kwalifikacje

Program

- 1. Postrzeganie czasu
- 2. Zarządzanie czasem w sferze osobistej
- 3. Zarządzanie czasem w sferze zawodowej
- 4. Planowanie
- 5.Trudności w implementacji zmiany zachowań własnych na poziomie osobistym i zawodowym
- 6.Motywacja i konsekwencja w stosowaniu narzędzi zarządzania czasem
- 7. Podsumowanie

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