

Workshop Zeitmanagement: Individuelles Zeit- und Selbstmanagement

Zielgruppe

Mitarbeiter

Ziel des Workshops

Erfolgreiches Zeitmanagement setzt ein gesundes Selbstmanagement voraus: Dann werden Ziele erreicht, ohne unter Stress und Druck zu geraten oder sich auf Nebenschauplätzen zu verlieren. Die Key to see®-Methode stellt unterschiedliche Menschentypen in den Mittelpunkt. Jeder hat einen persönlichen Umgang mit Zeit und mit sich selbst. Diesen gilt es zu entdecken.

In diesem Workshop lernen die Mitarbeiter, aus unterschiedlichen Persönlichkeitstypen das eigene (unbewusste) Muster zu erkennen und abzuleiten, welches Zeit- und Selbstmanagement-Modell am besten zu ihnen passt. Daraus entwickeln sie Strategien für ihren beruflichen Alltag.

Inhalt

- Selbstreflexion
- Kennenlernen von unterschiedlichen Zeitmanagement-Tools
- Entwicklung einer eigenen Zeit- und Selbstmanagement-Strategie
- Tipps & Tricks für den Transfer

Aufbau

Eintagesseminar

mit viel Praxis: von der Theorie zur Erkenntnis des eigenen Zeitmanagement-Typus

Gruppengröße

Minimum: 6 Teilnehmer

Maximum: 20 Teilnehmer

Preis

Auf Anfrage (je nach Größe der Gruppe)

Kurzprofil Mira Mühlenhof

Mira Mühlenhof studierte Germanistik und Sozialpsychologie in Hannover und war nach ihrem Abschluss zunächst als Journalistin, Moderatorin und Redakteurin in Hörfunk und TV tätig.

Die Persönlichkeitsexpertin hat altes Wissen um die Persönlichkeit des Menschen in die heutige Zeit übersetzt und ist Gründerin und Leiterin der Key to see®-Enneagramm-Akademie. Als Publizistin erklärt sie zwischenmenschliches Verhalten aus einem überraschenden Blickwinkel.

Gemeinsam mit ihrem Team coacht und berät Mira Mühlenhof sowohl im beruflichen als auch im privaten Kontext. Sie bringt Führungskräfte in ihre Führungskraft, fördert Empathie durch Menschenkenntnis und designt gelingende zwischenmenschliche Beziehungen.

Die außergewöhnliche Persönlichkeitsexpertin ist als Keynote-Speakerin zu den Themen Menschenkenntnis, Führung und Burn-Out gefragt. In ihren humorvollen Erkenntnis-Shows spiegelt sie menschliches Verhalten und fördert Erfolg durch Selbst.Bewusst.Sein.

Mira Mühlenhof lebt und arbeitet in Hannover und Berlin.



Kontakt

eMail	dialog@keytosee.de
Telefon	030 217 584 07
Mobil	0176 806 762 50

Wir sind montags, mittwochs und freitags von 9 bis 11.30 Uhr erreichbar.

Außerhalb der genannten Zeiten können Sie gerne auf die Mailbox sprechen.

Wir rufen dann schnellstmöglich zurück.