

ZEITDRUCK bei Führungskräften MINIMIEREN

Worum es geht ...

Sie erhalten praxis-gerechte Antworten und Lösungen auf die Herausforderung und Frage:
„Wie gelingt es mir als Führungskraft erfolgsofokussiert zu arbeiten, ohne dem Gefühl unter Druck zu stehen?“

Zielgruppe:

- ➔ Geschäftsführer, Führungskräfte
- ➔ Projektleiter, Teamleiter, Abteilungsleiter

Seminarinhalte

- ✓ Wie Zeitknappheit entsteht
- ✓ Das Antreiber Modell
- ✓ Dem Druck des immer-schneller-werdens widerstehen
- ✓ Das Dilemma mit den überzogenen Erwartungen an sich selbst
- ✓ Der Erwartungsdruck des Umfeldes
- ✓ Wie die Fokussierung auf das Wesentliche gelingt
- ✓ Wie sie verhindern, von den „Lawinen“ überrollt zu werden (Neue Medien, Erwartungshaltungen, Terminvorgaben, ...)
- ✓ Ruhe, Gelassenheit und Konzentration bewahren - Die 4 Schritte zu konstruktiven Gefühlen in Stress- und Drucksituationen
- ✓ Wie Sie Prioritäten richtig erkennen und setzen
- ✓ „NEIN“-Sagen ohne schlechtes Gewissen
- ✓ Mit gutem Gefühl delegieren
- ✓ Von der Zeit-Analyse zum persönlichen Zielerreichungskonzept
- ✓ Durchhaltestrategien für den Alltag

Nutzen

- ☑ Sie erhöhen die Produktivität
- ☑ Sie identifizieren und entfernen „Zeitfresser“
- ☑ Sie werden zum Vorbild für gesunden Umgang mit Leistungserbringung
- ☑ Sie gewinnen an Zeit fürs Wesentliche.

Die Themen werden in 1-3 Tagen mit einer praxisorientierten Methodenvielfalt vermittelt.

Ihr Experte



Dieter Vogel Managementtrainer, Emotional Competence Trainer & Coach, Systemischer Coach und Supervisor, Dipl. HypnoCoach, Mediator, Lektor an der DUK, Vortragender
Seit über 20 Jahre als Trainer und Coach in der Wirtschaft tätig und mit dem Schwerpunkt Emotionale Gestaltungskompetenz im Organisationskontext.
Vor seiner Selbstständigkeit war er 13 Jahre in der Privatwirtschaft in leitender Position tätig.

„Dem „Hamsterrad“ entfliehen heißt, frei sein für wirklichen Erfolg.“

www.emotional-mastering.at