



Školení „Time management“

Dělejte důležité věci a buďte efektivní!

- ▶ *Pocítujete opakovaně nedostatek času pro zvládnání pracovních a osobních aktivit nebo stanovených cílů?*
- ▶ *Víte, jaké věci jsou ve Vašem životě nejdůležitější a proč je tak často nedáváme na první místo?*
- ▶ *Nedaří se Vám změnit způsob plánování času a zajímá Vás jak jej lépe plánovat a využívat?*
- ▶ *Víte, že existují nástroje a techniky pro zdárné dosažení Vašich cílů?*

Kurz je určen všem, kteří pocítují prostor pro zvýšení svojí pracovní i životní spokojenosti a mají zájem si ji dlouhodobě udržet.

Přínosy vzdělávacího programu

- ▶ Uvědomíte si a budete umět definovat svůj životní nebo pracovní záměr, poslání a cíle.
- ▶ Naučíte se, jak zlepšit a zefektivnit svoji pracovní výkonnost a zkvalitníte si organizaci práce.
- ▶ Poznáte, jak rozlišit skutečné priority od toho, co je pouze naléhavé.
- ▶ Seznámíte se s analýzou pracovních úkolů a časových ztrát a se zásadami denní organizace.
- ▶ Poznáte jak využít doporučené techniky na konkrétní pracovní situace.
- ▶ Vytvoříte si akční plán, jehož cílem by mělo být osvojování nového pohledu a metod řízení času, což by mělo vést k vyšší pracovní efektivitě a osobní spokojenosti.
- ▶ Poznáte, že smysluplný život nezávisí na tom, jak rychle něco děláme, ale na tom, co děláme a proč to děláme.

Cílová skupina

Pro manažery, konzultanty, specialisty a všechny ostatní, které trápí nedostatek času.

Informace o programu

Název: TIME MANAGEMENT

Délka: 2 dny

Jazyk: čeština

Cena: 14.400,- Kč bez DPH

*Kurz zajišťuje společnost Symphera s.r.o.
Školení se koná v Praze a účastníkům je po celou dobu školení k dispozici zázemí hotelu ****.*

Kurz trvá dva dny a obsahuje následující témata:

Den 1

- ▶ Životní záměr, poslání a cíle;
- ▶ Kaizen - nejmenší možný krok;
- ▶ Silné a slabé stránky v řízení času;
- ▶ Analýza rozvržení svého času;
- ▶ Čtyři generace time managementu.

Den 2

- ▶ Paretův princip - 80/20;
- ▶ Ovládnutí sebe sama - jak říci ne;
- ▶ Time management podle Stevena Coveyho - týdenní plánování;
- ▶ Prioritizace - analýza důležitosti a naléhavosti, výhody a nevýhody práce v jednotlivých kvadrantech, analýza úzkých míst v našem životě;
- ▶ Poznejte, kdo jste a jaké jsou Vaše cíle.

Školitel



Martin je akreditovaným školitelem PRINCE2® a PMP®, zkušený konzultant a projektový manažer. Je zakladatelem a ředitelem společnosti Symphera s.r.o. a poskytuje školení po celé Evropě.

Martin je nejen zakladatelem, ale od května 2011 byl zvolen také Prezidentem Komory Projektových Manažerů v ČR. Martin během své mnohaleté praxe řídil a dohlížel na množství projektů pro české i zahraniční klienty. V průběhu své kariéry působil na pozicích projektového manažera, programového manažera, konzultanta pro řízení projektů a manažera kvality. V této roli byl zodpovědný za implementaci vnitřního systému kvality ve společnosti Logica v regionu střední a východní Evropy. Dále se zaměřoval na dodávku a operace, revize a podporu kritických projektů.

V roli manažera kvality byl Martin zodpovědný za implementaci vnitřního systému kvality ve společnosti Logica v regionu střední a východní Evropy. Dále se zaměřoval na dodávku a operace, revize a podporu kritických projektů.

Během své praxe Martin vyškolil projektové manažery ze společností, jako např.:

KPMG, PricewaterhouseCoopers, Deloitte, Oracle, Logica Czech Republic s.r.o., Kapsch, SOFTIP, NESS, HEWLETT-PACKARD, Fujitsu Siemens, Orange Slovensko, ING, ING Real Estate, Leaseplan, ČSOB, DHL, RadioFreeEurope a z mnoha jiných firem.

“Martina Klusoně znám již řadu let, ať už jako kolegu z firmy nebo školitele společnosti Symphera. Jeho školení jsou podepřena mnohaletou praxí velmi úspěšného projektového manažera a je to na nich znát.”

Jiří Turek
Operační ředitel, Acision Czech Republic

Kontakt

Symphera s.r.o., U potoka 26, 252 65 Tursko, Praha - západ
Telefon: +420 739 780 218 E-mail: office@symphera.com
www.symphera.cz/time-management