

# Kreatives Zeitmanagement verstehen und anwenden (S1091)

In dieser Schulung gehen Sie Zeitmanagement einmal anders an. Die moderne Gehirnforschung und Techniken wie die neurolinguistische Programmierung bieten Möglichkeiten schnell und leicht zu lernen. Sie erlernen die Reaktionssysteme von Wahrnehmung und Stress-Systemen kennen, identifizieren Ihre persönlichen Zeitfresser und Glaubenssysteme, die diese unterstützen. Mit dem gelehrten Wissen was Zeitmanagement bedeutet erarbeiten Sie im Kurs mittels Kreativitätsmethoden neue Lösungen für sich, verändern elegant alte umständliche Methoden und lassen Ihr Unterbewusstes leicht neue Wege festlegen. **Methodik:** Theorie, Einzel-, Partner-, Gruppenübungen, Spiele, Textarbeit, Pausen-Refresh-Übungen, Rollenspielübungen, Kreativitätstechniken Tiefenentspannung.

## Offene Termine

Preis	Dauer
Auf Anfrage	2 Tage. Die vorgeschlagene Dauer kann Ihren Bedürfnissen angepasst werden

### \* Buchen ohne Risiko

- › Keine Vorkasse
- › Kostenloses Storno bis zum Vortag des Seminars
- › Rechnung nach erfolgreichem Seminar

✓ Garantierter Termin und Veranstaltungsort

€ Preise zzgl. Mehrwertsteuer

3=2 Der dritte Mitarbeiter nimmt kostenlos teil

## Weitere Buchungsmöglichkeiten

<b>Firmenschulung</b>	Schulung für Ihre Mitarbeiter mit individuellen Inhalten zum Wunschtermin im GFU-Schulungszentrum.
<b>Inhouse-Schulung</b>	Schulung für Ihre Mitarbeiter mit individuellen Inhalten zum Wunschtermin in Ihrem Hause.
<b>Individualschulung</b>	Schulung für eine Einzelperson mit individuellen Inhalten zum Wunschtermin, wahlweise in Ihrem Hause oder im GFU-Schulungszentrum.

## Schulungs-Ziel

Neue und erforschte Wirkungsweisen für Ihr spezielles Zeitmanagement umsetzen. Dabei erlernen Sie die Grundprinzipien des Zeitmanagements, sowie diese mit Ihren eigenen Voraussetzungen und Bedürfnissen in Verbindung zu setzen. Nach dem Kurs haben Sie klares Wissen, wie Sie mit Ihrer Zeit effektiv und ganzheitlich haushalten.

## Inhalt

- › **Theorie**
  - › Zeitmanagement
  - › Stress und Gehirn
  - › Neurolinguistische Grundlagen
  - › Logische Ebenen
- › **Vom Problem zum Ziel**

## Wer sollte teilnehmen

---

Fach-, Führungskräfte, Projektleiter, Verkäufer, Teammitglieder und alle die effektiver mit der Ressource Zeit umgehen wollen.

## Organisation

---

### Teilnehmerzahl

min. 2, max. 8 Personen

### Seminarzeiten

2 Tage, 1. Tag 10:00 - 17:00 Uhr, Folgetag 09:00 - 16:00 Uhr

### Ort der Schulung

GFU-Schulungszentrum Köln oder bei Ihnen als Inhouse-Schulung

- > Zeitfresser im Überblick - Problem erkannt
- > persönliche Zeit-Ziele festlegen
- > Stolpersteine identifizieren und überwinden
- > **Schweinehund und Glaubenssysteme**
  - > Wo hat der Schweinehund das Ruder in der Hand
  - > Was sind Glaubenssysteme (Beliefsystems)
  - > Veränderung von Beliefs
- > **Kreative Lösungen**
  - > Neue Zeit- Wege mit der Walt-Disney-Methode
  - > Trancereise zur Verankerung der neuen Lösungen
  - > Fish: Liebeserklärung an die eigenen Tätigkeiten
  - > Mindmaps for Mindtime
- > **Zeitmanagement und Zeitlinien**
  - > Die persönliche Zeitlinie
  - > Veränderung für besseres Zeitmanagement auf der Zeitlinie
- > **Ihr persönliches Zeitmanagement und Zukunftsentwicklungen**
- > **Integration und Ausblick**

## Enthaltene Leistungen

---

### Im Preis enthalten:

- > Voll ausgestatteter Arbeitsplatz pro Teilnehmer
- > Fachbuch zum Seminar
- > Teilnahmezertifikat
- > Kostenloser persönlicher Parkplatz
- > Kostenloser Shuttle-Service
- > Frühstück, Snacks und Getränke ganztägig
- > Mittagessen im eigenen Restaurant, täglich 6 Menüs, auch vegetarisch

## Haben Sie Fragen?

---

Gerne beraten wir Sie persönlich per [Mail](mailto:info@gfu.net) oder Telefon.

- > [info@gfu.net](mailto:info@gfu.net)
- > Infoline 0221 82 80 90