

Zeitmanagement, Prioritätensetzung und Entscheidungsfindung

Kursinhalte

In diesem Kurs geht es darum, Zeitmanagement und Prioritätensetzung unter Berücksichtigung der Neurodiversität in der richtigen Reihenfolge anzuwenden. Die Teilnehmer*innen lernen in einer ansprechenden Lernumgebung ihre persönlichen Zeitdiebe kennen. Wir werden Impulse für die Entscheidungsfindung erörtern und Möglichkeiten zur Verbesserung der Metakognition (Denken über das Denken) der Teilnehmer*innen untersuchen. Das Training wird in hohem Maße interaktiv sein und viele praktische Werkzeuge enthalten, die in die Arbeits- und Privatleben der Teilnehmer*innen integriert werden können.

Lernziele

- Steigerung der Produktivität durch effektives Zeitmanagement
- Stressreduzierung durch Anwendung von Methoden zur Prioritätensetzung
- Bessere Entscheidungsfindung durch Verringerung der mentalen Belastung und Schaffung von Klarheit
- Steigerung der Motivation und Erhöhung der eigenen Verantwortlichkeit
- Mehr Kontrolle über das eigene Arbeitspensum gewinnen

Methode

Neuroblitz bietet wissenschaftlich fundierte, dramabasierte Trainings an. Alle Trainings basieren auf Angewandter Improvisation. Unter Anwendung unserer Kognitiven Improvisations Methoden entwickeln wir praxisnahe Übungen und Live-Simulationen. Durch unseren interaktiven Ansatz werden Workshops, Seminare und Qualifizierungen zu lebendigen und nachhaltigen Lernerlebnissen.

Zielgruppe

Für Fachleute, die ihre Zeitmanagementfähigkeiten und ihre Produktivität unter Berücksichtigung neurodiverser Perspektiven verbessern wollen. Der Kurs eignet sich für Mitarbeiter*innen auf allen Ebenen eines Unternehmens, einschließlich Manager*innen, Teamleiter*innen und Mitarbeiter*innen einzelner Fachbereiche.

Dauer

4 bis 8 Stunden als Einzelkurs oder als Teil einer längeren Lernreise über mehrere Wochen/Monate

Format

Alle Formate (Präsenz, Online oder Hybrid)