



Selbstmanagement im Homeoffice

Online Coaching



Weiß & Senninger
Die Führungsprofis



Selbstmanagement im Homeoffice

Bisher gab es klare Strukturen in der Arbeit: Meetings und Routineabläufe haben unseren Tag eingeteilt. Zu Hause im Homeoffice strömt alles gleichzeitig auf uns ein: Emails, Telefonate, Kinder und Familie, Haushalt und das Bedürfnis sich zu bewegen ... Das alles unter einen Hut zu bekommen, bedeutet, sich selbst ein Zeitmanagement aufzuerlegen.

Inhalte

- Sich selbst (Tages-)Ziele setzen
- Die richtige Balance zwischen Arbeit und Privatem
- Für "heilige Zeit" sorgen
- Anfang und Ende definieren
- Ernährung und Körper nicht vergessen

Im Homeoffice gibt es keine vorgegebenen Zeitpläne. Arbeit und Privates lässt sich nicht so einfach trennen. Wie können Sie Ihre Zeit sinnvoll einteilen und dabei die richtige Balance einhalten?

Hinweis

Dieses Online Live-Coaching ist eine hervorragende Ergänzung zu unseren anderen Webinaren.

Vorgehensweise

- 1 - 7 Teilnehmer
- 1,5 h live moderiertes Onlinecoaching
- Individuelle Fallschilderung
- Ergebnisprotokoll

Kosten

Für Teams bis 7 TLN 375.- € zzgl. MwSt.

Für Einzelpersonen 70.- € zzgl. MwSt.

Technische Umsetzung

Wir arbeiten mit Zoom. Das erfordert eine einmalige, kurze Installation des Programms auf Ihrem Rechner. Das Programm ist für Sie kostenfrei.

Weiß & Senninger
Die Fhrungsprofis

Reutlingen 07121-321955

München 089-97392288

info@wei-sen.de

www.wei-sen.de