

Web-Seminar: Zielorientiertes Arbeiten im Homeoffice

Zielgruppe	Mitarbeiter/-innen, aus der öffentlichen Verwaltung und Interessierte	
Ihr Nutzen	Sie erfahren wie ein effizienter Alltag im Büro zu Hause umsetzbar ist und welche Verhaltensweisen einem effizienten Arbeitsalltag dienen. Sie lernen, wie Sie sich selbst organisieren und Ihre Arbeitsleistungen im Home-Office auf einem hohen Niveau bleiben. Weiterhin gehen wir in der Fortbildung auf eine gute Zeiteinteilung und gutes Selbstmanagement für eine bestmögliche Zielerreichung ein. Zielorientiertes Arbeiten wird durch die Sprintmethode, Pomodoro oder das Eisenhower-Prinzip vermittelt. Neben der Zielorientierung am Arbeitsplatz bekommen Sie die aktuellsten Informationen aus der Psychologie zur bewussten Wahrnehmung von Störeinflüssen im Home-Office und deren Beherrschung. Sie erfahren, wie die Verortung von Raum und Zeit Einfluss auf die Erholungsphasen hat und wie Sie sich besser abgrenzen. Nutzen Sie die 3 x 3- Methode als Aktivierung und gesunde Pausen für einen besseren Arbeitsalltag.	
Inhalt	1. Neueste Methoden des Zeitmanagement 2. Psychologische Erkenntnisse zur Abgrenzung privat und Beruf 3. Zielfokus durch ein deutliches NEIN 4. Förderliche Kommunikationstechniken für eine bessere Arbeitsumgebung 5. Aktivierungsübungen – gehirngerecht und fördernd	
Methoden	Neben den gesundheitlichen und organisatorischen Inhalten werden Sie viele praktische Ideen und Übungen erhalten. Sie bekommen nachhaltige Tools und Methoden, die im Alltag leicht umsetzbar sind. Zusätzlich werden wir Kommunikationsübungen und Mindmapping einbauen. Welcher der Teilnehmer benötigt welche Informationen und wer hat schon welchen Kenntnisstand? Ergänzend wird viel Zeit für den Austausch untereinander, Fragen und Erläuterungen der einzelnen Inhalte eingeplant, um Sie abzuholen.	
Hinweis	Ihre Teilnahme erfolgt über Zugangsdaten für unsere Lernwelt, die Sie mit Ihrer Erstanmeldung zu einem Web-Seminar beim SKSD erhalten.	
Nummer web-L-01-19	Dauer 1 Tag	Bitte senden Sie uns Ihre Voranmeldung
Entgelt	161,00 € 209,00 €	Mitglieder des Zweckverbandes Nichtmitglieder

Zu allen neuen Veranstaltungen, neuen Terminen und Last-Minute-Angeboten können Sie sich auf www.sksd.de informieren.