

PERSONLIG EFFEKTIVTET

1 + 1 + 1/2 DAG

Det övergripande målet med träningen i personlig effektivitet är att alla deltagare, med hjälp av effektiva metoder, ska känna att de har kontroll över sin egen arbetssituation. En kontroll som leder till att fler rätta beslut fattas, vilket i sin tur leder till att fokus och tid kommer att läggas på de uppgifter som leder verksamheten mot de uppsatta målen. Resultatet kommer bli att det blir mer gjort av rätt saker helt enkelt!

SÅ HÄR GÅR DET TILL

Utbildningen i personlig effektivitet genomförs under två heldagar samt en halvdag för uppföljning där teori i grupp varvas med praktik och personlig/individuell coachning. Dagarna genomförs med 3-4 veckors mellanrum och innan utbildningen startar får alla deltagare fylla i en enkät. Detta för att få veta individens och gruppens nuläge. Enkätens resultat kommer också att användas för att anpassa utbildningen på bästa sätt samt för att ge bäst individuell coachning under kursdagarna. Dagarna är förlagda till ett konferensrum och deltagarnas egen arbetsplats och dator.

Allt praktiskt arbete är kopplat till deltagarnas verkliga arbetsuppgifter dvs. deltagarna strukturerar sitt eget arbetsmaterial, sin egen mail och planerar sin egen tid. Under dessa dagar är deltagarna "bortkopplade" från det vanliga arbetet så 100% kan läggas på utbildningen och personlig utveckling. Allt för att skapa förutsättningar för ett hållbart resultat!



1 + 1 + 1/2 Dag



Min 7 pers. och max 12 pers.



Fysiskt på plats eller digitalt

**Investering: 8750 kr ex. moms/person +
ev. resa/boende för konsulten vid varje
tillfälle**



**MICHAEL
ALPHOV**



PERSONLIG EFFEKTIVITET

1 + 1 + 1/2 DAG

SOM DELTAGARE KOMMER DU ATT:

- Få förståelse för vikten av rätt attityd, träning, disciplin och inställning för att lyckas nå dina mål
- Få förståelse för vikten av rätt attityd, träning, disciplin & inställning för att du ska lyckas nå dina mål
- Få förståelse för vikten av att fatta beslut gällande alla nya mail, papper, telefonsamtal etc. för att undvika att hamna i förhållningsbeteende
- Få tips på hur du ska hantera dina personliga tidstjuvar
- Få en enkel och välfungerande metod för att ta makten över informationsflödet
- Lära dig hur du ska kunna arbeta enligt "tom inkorgsprincipen"
- Lära dig hur du skapar superstruktur i Outlook
- Få tips på smarta och användbara funktioner i Outlook + smarta appar
- Lära dig hur du sätter konkreta mål nedbrutna på dags-, vecko-, månads-, kvartals- och årsnivå
- Lära dig prioritera rätt med den geniala "Eisenhowermetoden"
- Lära dig vad som passar och inte passar på din att-göra lista
- Lära dig delegera rätt och på så sätt få mer gjort genom ett ökat samarbete
- Lära dig hur du gör kalendern till din bästa vän genom en realistisk och proaktiv planering
- Få förståelse för varför dag-/veckosummering är en viktigt hörnsten i effektivt arbete
- Få en metod för att pulsera och planera din egen tid efter dina egna behov och förutsättningar
- Få en checklista och tips för att bli ett mötesproffs
- Få individuell coaching efter behov

VAD SÄGER DELTAGARNA

"Löjligt! Det är verkligen vad det är, och dessutom "löjligt" bra: jag har precis betat av en mental surdeg (uppföljning av våra avvikelser, som på förhand kändes som ett berg av krångliga beslut). Kollar därefter igenom dagens uppgifter och inser att jag har full kontroll på det jag har planerat, så eventuella överraskningar kan tas i den mån de dyker upp utan panikkänslor! - Truls Snedsböl, Valmet AB

VEM PASSAR FÖRELÄSNINGEN FÖR?

Föreläsningen passar alla tjänstemän, oavsett befattningar då alla har stora vinster av att med en ökad personlig effektivitet minska sina tidstjuvar samt frigöra tid och energi.

Kunderna, som redan idag anlitar Michael som föreläsare är en blandning av stora börsnoterade koncerner, privata bolag och offentliga/kommunala/statliga verksamheter. Givetvis kan föreläsningen genomföras både på svenska och engelska.

OM MICHAEL

Han har under de senaste 15 åren utbildat och föreläst inom effektiva arbetsmetoder. Innan dess har han arbetat som Training & development manager inom British Airwayskoncernen, varit fotbollstränare på elitnivå, Account manager i ett av världens största telekombolag, konsultchef samt har startat fyra bolag. Han har även varit lagkapten i Team Rynkeby Göteborg som är ett stort välgörenhetsprojekt till förmån för Barncancerfonden.

INFORMATION, FRÅGOR & BOKNING

Michael Alphov

0768-610935

michael@alphov.se

www.michaelalphov.se

Effektiva Metoder Norden AB