

PERSONLIG EFFEKTIVTET

4 x 3 timmar

Det övergripande målet med träningen i personlig effektivitet är att deltagaren, med hjälp av effektiva metoder, ska känna att de har kontroll över sin egen arbetsituation. 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 fyra tillfällen (fysiska möten alt. digitala) samt tre stycken digitala avstämningsmöten på 30 minuter. Dessutom genomförs ett uppföljningssamtal cirka sex veckor efter sista utbildningstillfället. Dagarna genomförs med 3-4 veckors mellanrum och innan utbildningen startar genomförs ett möte för att anpassa utbildningen på bästa sätt samt efter deltagarnas behovs. Dagarna är förlagda till ett konferensrum alternativt genomförs utbildningen via Teams/Zoom.

Allt praktiskt arbete är kopplat till deltagarens verkliga arbetsuppgifter dvs. deltagarna strukturerar sitt eget arbetsmaterial, sin egen mail och planerar sin egen tid.

Allt för att skapa förutsättningar för ett hållbart resultat!



4 x 3 timmar + 4 st samtal a´ 30 min



1 person



Fysiskt på plats eller digitalt

Investering: **28000** kr ex. moms + ev.
resa/boende för konsulten vid varje tillfälle



PERSONLIG EFFEKTIVITET

4 x 3 timmar

SOM DELTAGARE KOMMER DU ATT:

- En individuellt anpassat utvecklingsplan
- 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 viktig 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

VAD SÄGER DELTAGARNA

"I have been trained by Michael with one to one meetings focused on improving my time management, team management, setting and achieving goals and presentation skills. At the end of the training I have gained significant knowledge and a deep understanding of all aspects covered. The training that I have received was applicable on my every day work and members of my team have noticed the immediate improvement of my management and leadership skills. I particularly enjoyed Michaels teaching skills and his direct way on explaining difficult concepts like the different personalities on a team. I do recommend Michael for any individual who wishes to improve his leadership skills and I would be delighted to answer any questions or provide more information if needed"

- Dr Ioannis Psallidas MD, PhD Medical Science Director - AstraZeneca

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