

Тайм менеджмент

Академия бизнеса EY

Онлайн-тренинг

8 астрон. часов | 10,6 академ. часов

To whom?
STRATEGY

WHERE?

Программа онлайн-тренинга

1 день (2 сессии по 2 часа)

Принципы управления временем

- ▶ Аудит инструментов и подходов к тайм-менеджменту
- ▶ Определение индивидуальных причин неэффективного использования времени
- ▶ Определение ценностей для усиления мотивации

Постановка целей

- ▶ Модели постановки целей SMART, SMARTER, GOSPA
- ▶ Каскадирование целей. Формула эффективности

Постановка приоритетов

- ▶ Матрица Эйзенхауера. Принципы работы с матрицей
- ▶ Digital-инструменты приоритизации задач

2 день (2 сессии по 2 часа)

Инструменты планирования

- ▶ Правила планирования. Основное соотношение планирования
- ▶ Долгосрочное и краткосрочное планирование
- ▶ Алгоритм ежедневного планирования
- ▶ Практические аспекты делегирования

Техники управления временем

- ▶ Инструменты и техники распределения времени, концентрации и саморазгрузки. Digital-инструменты
- ▶ Работа с поглотителями времени. Техники борьбы с откладыванием
- ▶ Подход Getting Things Done к планированию

Цели обучения

Онлайн-тренинг позволит:

- ▶ Провести аудит собственного подхода к управлению временем, определить сильные стороны и зоны развития
- ▶ Добиться четкости в определении ценностей, целей, задач и приоритетов в делах
- ▶ Подобрать индивидуальные инструменты, которые позволят эффективнее управлять собственным временем



Совершенствуя бизнес,
улучшаем мир



Что вы получите в результате обучения

- ▶ Глубокое понимание собственных ценностей для повышения внутренней мотивации
- ▶ Инструменты управления приоритетами в задачах
- ▶ Действенные методы планирования времени
- ▶ Ценные инструменты, которые помогут повысить эффективность использования времени
- ▶ Материалы тренинга в электронном виде
- ▶ Профессиональные рекомендации от тренера-эксперта
- ▶ Сертификат Академии бизнеса EY

Как проходит обучение

На онлайн-тренинге Академии реализована возможность:

- ▶ Работать с собственными задачами и списками для получения максимальной практической пользы
- ▶ Определить основные барьеры к эффективному управлению временем с обратной связью от тренера
- ▶ Просматривать материалы тренинга, участвовать в опросах, проходить тесты, задавать вопросы тренеру и решать интересные кейсы
- ▶ Проводить время с пользой, при этом экономя время и ресурсы
- ▶ Участвовать из любой точки мира

Тренеры

Тренинг проводят бизнес-тренеры Академии - Корпоративного Университета EY. Тренеры обладают богатым практическим опытом, а также сертификациями MBTI, DISC и др.

Запросить CV тренера и задать вопросы о тренинге: <http://bit.ly/contactEY>

Для кого этот тренинг

Руководители, менеджеры и специалисты, желающие получить знания по тематике программы и повысить личную эффективность

Форматы участия

Онлайн формат

Онлайн-тренинг проводится по расписанию Академии бизнеса EY.

Корпоративный формат

Программа онлайн-тренинга может быть адаптирована и проведена специально для Вашей компании:

- ▶ Предварительный анализ потребностей в обучении,
- ▶ Определение целей и задач
- ▶ Гибкий подход к выбору сроков и времени проведения тренингов
- ▶ Адаптация тренинга с учетом отраслевой специфики
- ▶ Отчет о результатах обучения по запросу клиента