

## Jak zarządzać czasem – warsztaty dla studentów

„Zarządzanie sobą w czasie, jak dobrze rozporządzać czasem” to tytuł szkolenia, które z myślą o studentach organizuje Koło Młodych Ekonomistów Politechniki Koszalińskiej i Centrum Biznesu w Koszalinie.

Warsztaty odbędą się w wersji online (platforma zoom) i są adresowane wyłącznie do studentów. Termin: 18 grudnia br. o godz. 10.

Celem jest prezentacja technik i sposobów umożliwiających wprowadzenie równowagi do swojego życia i uczynienie go łatwiejszym. Jak deklarują organizatorzy, uczestnicy będą mieli możliwość poznania swoich mocnych stron, dowiedzą się jak reagować na zmiany w otoczeniu oraz jakie są cele rozwoju osobistego i zawodowego.

Tematyka obejmuje następujące zagadnienia:

- autodiagnozę zarządzania czasem – diagnozę indywidualnych przeszkód w efektywnej organizacji pracy własnej i wykorzystania czasu;
- wyznaczenie celów i planowanie, jak skonstruować cel, by zwiększyć szanse na jego realizację (m.in. SMART, krzywa Gaussa, zasada 60/20/20);
- zarządzanie priorytetami: diagram Eisenhowera – ustalanie priorytetów, udział zadań na pilne, niepilne, ważne i nieważne;
- zarządzanie priorytetami: zasadę Pareto w skutecznym zarządzaniu czasem;
- zarządzanie priorytetami – zasadę ABC;
- złodzieje czasu: pochłaniacze czasu, przerywacze pracy;
- przyczyny i metody walki z odkładaniem zadań na później;
- sposoby delegowania zadań; - narzędzia pomocne w zarządzaniu sobą w czasie.

Warsztaty poprowadzi Elżbieta Nell-Chojnowska – certyfikowany coach ACC ICF, doświadczona trenerka z zakresu rozwoju kompetencji menedżerskich oraz autorka wielu programów szkoleniowych z zakresu zarządzania potencjałem ludzkim. Szkolenie kończy się uzyskaniem certyfikatu.

Rejestracja trwa do 16.12.2020 r.

Szczegóły wraz z linkiem do rejestracji: <https://pl-pl.facebook.com/events/141520290736602/>