



Vom Zeit- zum Lebensmanagement

Viele Zeitmanagement- und Arbeitstechniken funktionieren in der Theorie sehr gut, kommen jedoch in der täglichen Praxis wenig zur Wirkung. Warum ist das so und wie kann man das ändern?

Sie erleben ein Coaching, in dem das Thema Zeitmanagement Bestandteil des 12 Wochen dauernden Prozesses ist. Die Kombination dieser 2 Elemente (Coaching und Workshop) soll der Anstoss zur Optimierung Ihres Lebensmanagements sein.

Ziel	Sie lernen Grundprinzipien kennen, wie sie die für sie persönlich am besten geeignete Zeitmanagement- und Arbeitstechnik-Tools finden und diese dann nachhaltig wirksam praktizieren können.		
Teilnehmer	Geschäftsleute und Privatpersonen jeglicher Herkunft. Gruppengröße: 9 bis maximal 16 Personen.		
Voraussetzung	Sie sind bereit für Veränderungen. Sie sind bereit, dafür Energie zu investieren. Sie sind an einem gegenseitigen Austausch interessiert.		
Organisation	Sie arbeiten während 12 Wochen an ihrem ganz persönlichen Veränderungsprozess im Alltag. Dabei können Sie sich mit einem Mit-Teilnehmer austauschen. Der gesamte Prozess wird durch drei Coaching-Workshops für die gesamte Gruppe begleitet. Zwischen den Teilen I-II, sowie II-III, ist bei Bedarf jeweils eine 20 minütige Telefon-Coaching-Sitzung inbegriffen.		
Daten auf Anfrage	Teil I, Kick-off:	2 Tage, jeweils	08:45-17:15 h
	Teil II:	½ Tag,	14:00-18:00 h
	Teil III:	½ Tag,	14:00-18:00 h
Ort	Nach Vereinbarung		

Coaching als Entwicklungs- und Veränderungsprozess

Dieser Coaching-Workshop ist ein Modul einer Themen-Workshops-Reihe und hat das Ziel,

- die aus früheren, guten Seminaren erlernten Techniken in einem neuen, sehr persönlichen Licht zu sehen,
- mit diesem neuen Bewusstsein die individuell beste Anwendungsform dieser Techniken heraus zu finden,
- einen individuellen Veränderungsprozess zu initialisieren,
- erstmals eine grössere und nachhaltige Wirkung dieser Techniken bei sich selbst zu erzeugen,
- trotz steigender Anforderungen der Umwelt, mehr Energie und Leistung für den eigenen Bedarf zur Verfügung zu haben,
- einen besseren Umgang mit Negativem zu erlangen,
- durch den gruppodynamischen Prozess zusätzliche Erkenntnisse und Motivationen zu gewinnen.

Weitere Themen-Workshops

- Ich kommuniziere
- Motivation und Kreativität
- Dem Stress ein Schnippchen schlagen
- ...



Arie Malcus
Coach und Team-Coach ZIS
Bahnhofstrasse 67
CH-5001 Aarau
Telefon: +41(0)62 822 7711
Mobile: +41(0)79 682 8118

amalcus@gmx.ch
www.malcus.ch