

Smart Work: Weniger Aufwand, mehr Wirkung

Einfache Methoden und Tools für mehr Effizienz und Effektivität.

Die heutige Arbeitswelt ist geprägt von hoher Taktung, spontanen Anfragen und einem stetig wachsenden Aufgabenpensum. Zeitfresser wie ineffektive Kommunikation, ständige Unterbrechungen und der Drang zur Perfektion behindern die Produktivität und erhöhen das Risiko für Überlastung. In diesem zweitägigen Training entwickeln die Teilnehmenden eine individuelle, praxisnahe Strategie, um ihre Arbeit effizient zu planen und fokussiert umzusetzen. Gleichzeitig erfahren sie, wie digitale Werkzeuge – insbesondere Künstliche Intelligenz – gezielt eingesetzt werden können, um die Arbeitsbelastung zu senken.



Mit einem Klick
zur Anmeldung ↓

Inhouse Training

Offenes Seminar

Onlinetraining



Address



Date

Inhalte:

- **Belastung erkennen und klug damit umgehen:** Reflexion individueller Stressfaktoren und Kennenlernen alltagstauglicher Methoden zur Entlastung.
- **Klare Prioritäten setzen:** Anwendung bewährter Priorisierungsmethoden – praxisnah und sofort umsetzbar.
- **Zeit und Fokus managen:** Vorstellung und Anwendung von Methoden zur besseren Selbstorganisation
- **Aufgaben wirksam umsetzen:** Strategien gegen Detailverliebtheit und zur schnelleren, zielgerichteten Umsetzung.
- **Klar kommunizieren:** Einführung in Methoden für klare, strukturierte Kommunikation.
- **KI sinnvoll nutzen:** Überblick über Potenziale und sinnvolle Einsatzmöglichkeiten generativer KI

Dauer
2 Tage

Zeit:
09:00 – 16:30 Uhr

Trainerin
Katharina
Lindenthal