Trainer/in für Selbst- & Zeitmanagement

Titel	Trainer/in für Selbst- & Zeitmanagement
Zulassungsnummer	7468924

Veranstalter

Adresse:	fitmedi Akademie Inh. Frau Nikolina Salvaggio Carl-Legien-Straße 15 63073 Offenbach am Main
Telnr:	+49 (069) 380 795 435
E-Mail-Adresse:	info@fitmedi-akademie.de
Webseite:	https://www.fitmedi-akademie.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen zur Planung und Durchführung von Workshops, Kursen und Seminaren zum Thema Selbst- & Zeitmanagement

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	Was ist Zeit? – Eine Definition | Zeitverluste und Störungen | Zeitfresser aufdecken – Zeitdiebe & Zeitverschwendung erkennen • Zeit besser planen und Störungen beseitigen • Ist-Analyse und Zukunftsvision • Selbstmanagement und Zielsetzung • Methoden des Zeitmanagements: Das Eisenhower Prinzip | Parkinson • Gesetz | Pareto-Prinzip | ABC Analyse | Alpen Methode • Organisationsprinzipien zur Tagesgestaltung – Zeit realistisch planen | Zeit für Störungen freihalten • Persönliche Leistungskurve • Prioritäten setzen | Unterscheidung von wichtigen und dringenden Dingen (Was wirklich zählt!) • Entscheidungen treffen und Ballast abwerfen

Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	3 digitale Online-Lehrbriefe, Lernerfolgskontrollen, Abschlussprüfung auf einer digitalen Lernplattform

Abschluss

Abschluss:	Um das institutsinterne Zertifikat erlangen zu können, sind Erfahrungen als Kurs- oder Seminarleiter/in erforderlich. Teilnehmer ohne Vorqualifikation erhalten eine Teilnahmebestätigung.
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	keine bestimmten Schul- oder Ausbildungsabschlüsse erforderlich, Mindestalter 18 Jahre, eigene Erfahrung im Bereich Entspannung bzw. Stressbewältigung ist hilfreich, aber nicht zwingend notwendig; Technische Voraussetzungen: PC mit Internetzugang
Prüfungsvoraussetzungen:	Nachweis ausreichender Vorbereitung

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	480,00 €
Lehrgangskosten:	480,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €
Anzahl der Raten:	3
Höhe der Raten:	160,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

Zeitrahmen

Gesamtdauer in Monaten:	3.00

Gesamtdauer in Stunden:	142 Std. (189 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	11.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	0
Präsenzunterricht:	Fakultative Seminare können belegt werden, Näheres bitte beim Anbieter erfragen