



RGH
consulting

reflektieren – gestalten – handeln



Smartphone-Zombies

Die Chancen und Möglichkeiten, die uns die digitale Technik eröffnet sind gigantisch. Unser Smartphone ist fixer Bestandteil unseres Lebens geworden. Ohne unser Handy würden wir sowohl im Beruf als auch im Alltag verdammt alt aussehen.

Wenn Sie den Tag Revue passieren lassen, haben Sie enorm viele Aufgaben erledigt. Viele sogar ganz nebenbei und zu den wirklich wichtigen Aufgaben sind Sie gar nicht gekommen?

Kommen Ihnen einige Szenarien bekannt vor oder kennen Sie jemanden auf den dies zutrifft?



Ihr persönlicher Nutzen:

Es gilt einen neuen bewussten Umgang mit den modernen digitalen Hilfsmitteln zu finden, die Online- als auch Offline-Zeiten neu zu strukturieren und zu gestalten!!!

Lernen Sie einen neuen und vor allem bewussten Umgang mit der modernen Technik, Ihrem Smartphone oder Tablet.

Inhalte:

- Unterscheidung von Zeitqualität und Zeitquantität
- Kennenlernen „unbewusster“ Motive
- Zeitdiebe entlarven & Lösungsmöglichkeiten erarbeiten
- Erkennen persönlicher Zeitfallen
- Unterscheidung von Wichtigkeit & Dringlichkeit;
- Prioritäten setzen & delegieren lernen;
- Umgang mit dem „inneren“ Schweinehund;
- Konstruktiver Umgang mit Rückschlägen

Zielgruppe: Interessierte Damen und Herren die ihre Zeit selbstbestimmt gestalten wollen und sich nicht von ihrem Smartphone kontrollieren lassen wollen.

Dauer: 1 Tag **Ort:** 1010 Wien, Rudolfsplatz 5/15

Termin: finden Sie auf unserer Homepage www.rgh-consulting.at/termine

Abschluss: Teilnahmebestätigung

Ihre Investition: € 490,- zzgl. 20 % MwSt. inkl. Seminarunterlagen, Pausengetränken und Fotoprotokoll

Trainerin: Gabriela Reinhardt