

# Zertifikat

**Aditya**

hat am Seminar

## Zeit- und Selbstmanagement

am 18.10.2018

mit großem Erfolg teilgenommen.

### Seminarschwerpunkte

- Von der Vision zur Aktion
- Grundmodelle des klassischen Zeitmanagements
- Ziele, Planung und Umsetzung
- Effizienz und Effektivität
- Wochenplanung
- Selbstmanagement
- Resilienz im Berufsalltag: Eine innere Haltung finden
- Leistungsfähigkeit durch Mentaltraining steigern
- Selbstmotivation
- Reflexionskompetenz und Selbstführung

Weingarten, 18.Oktober 2018

Florian von Wendt

Trainer: Florian von Wendt

Florian von Wendt