

7 NÁVYKOV, VYSOKO EFEKTÍVNYCH ĽUDÍ (S.COVEY)



AIO EDUCATION

VZDELÁVACIE A PORADENSKÉ SLUŽBY
OD ROKU 2008

Obohacujúci prístup rozmyšľania nad vecou pomáha mnohým manažérom a tisíckam ľudí žiť život plnohodnotnejšie a žať úspech v každej sfére života, či už sa jedná o vzťahy s ľuďmi, s rodinou, alebo prácou na spoločenských či pracovných projektoch.

Obsah intenzívneho jednodňového tréningu:

- **Sebapoznávanie a tvorba vyváženého pohľadu na seba**
 - „PARADIGMA“ - životná filozofia, spôsob nazerania na svet, na výkonnosť a úspech, na seba samého a na svoje vzťahy. (S.Covey)
 - Fungovanie vo vzťahu k pracovnej výkonnosti, k riešeniu osobného problému a vo vzťahu k osobnej spokojnosti a tolerancii na záťaž
- **Zvyšovanie efektívnosti činnosti**
 - výkon a výkonnosť: rozdiely medzi ľuďmi, odolnosť na záťaž
 - motivácia a výkon
 - sebedomie a výkon
 - individuálne hľadanie rezerv, efektívnosť činnosti

7 NÁVYKOV, VYSOKO EFEKTÍVNYCH ĽUDÍ (S.Covey)

1. buďte proaktívny
2. začínajte s myšlienkou na cieľ
3. dávajte prednosť dôležitému
4. myslíte spôsobom víťaz/ víťaz
5. najprv sa snažte pochopiť – až potom, byť pochopený
6. snažte sa o synergiu
7. princíp rovnovážnej obnovy síl (brúsenie píly)

- **Životná rovnováha a spokojnosť**
 - Koncepcia životnej rovnováhy
 - Sebedomie, sebaistota, pozitívne bilancovanie
 - Projektovanie budúcnosti, životné plánovanie
 - **8. návyk: Od efektívnosti k výnimočnosti**

Dĺžka: 1 deň

Časový harmonogram: 9:00 – 16:00