

Time Management

Kód kurzu: MITTIME

Kurz poskytuje ucelený prehľad základných krokov potrebných na zvýšenie osobnej produktivity. Umožňuje účastníkom spoznať sám seba, definovať svoje životné ciele a používať metódy efektívneho využitia svojho času. Vzhľadom na praktické príklady a cvičenia, pri ktorých je potrebná práca v tíme, bude toto školenie otvorené v prípade prihlásenia minimálne 4 účastníkov.

Pobočka	Dní	Katalógová cena	ITB
Praha	2	17 200 Kč	0
Brno	2	17 200 Kč	0
Bratislava	2	740 €	0

Všetky ceny sú uvedené bez DPH.

Termíny kurzu

Dátum	Dní	Cena kurzu	Typ výučby	Jazyk výučby	Lokalita
 05.11.2025	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Praha
08.12.2025	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Brno
19.01.2026	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Praha Pankrác
12.03.2026	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Praha
01.04.2026	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Brno
25.05.2026	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Praha
04.06.2026	2	17 200 Kč	Prezenčný	CZ/SK	GOPAS Brno

Všetky ceny sú uvedené bez DPH.

Pre koho je kurz určený

Školenie je určené všetkým, ktorí sa zaujímajú o zvýšenie svojej osobnej produktivity

Čo Vás naučíme

Cieľom školenia je:

- Pochopenie základných princípov osobnej produktivity
- Poznanie samého seba
- Pochopenie princípov osobného vedenia
- Pochopenie princípov osobného riadenia

Prínosy:

- Zvýšenie vlastnej produktivity
- Zníženie stresu z preťaženia
- Možnosť vytvoriť si vlastný podporný (informačný) systém
- Možnosť aplikácie princípov v každodennom živote

Požadované vstupné znalosti

Ochota na seba pracovať

Študijné materiály

Príručka ku školeniu v českom jazyku

Osnova kurzu

Úvod

GOPAS Praha
Kodaňská 1441/46
101 00 Praha 10
Tel.: +420 234 064 900-3
info@gopas.cz

GOPAS Brno
Nové sady 996/25
602 00 Brno
Tel.: +420 542 422 111
info@gopas.cz

GOPAS Bratislava
Dr. Vladimíra Clementisa 10
Bratislava, 821 02
Tel.: +421 248 282 701-2
info@gopas.sk



Copyright © 2020 GOPAS, a.s.,
All rights reserved

Time Management

- Predsudky
- Zlozvyky
- Zhodnotenie momentálnej situácie

Čo je to Time management

- Definícia sebariadenia
- 4 generácie Time managementu

Sebapoznanie

- Vlastnosti
- Naučené individuálne správanie
- Naučené tímové správanie
- Vytváranie správania
- Motivácia

Vedenie

- Definícia rolí
- Management cieľov
- Management aktivít

Riadenie

- Časožrúti
- Workflow
- Systémy a nástroje

Ako začať a vytrvať

- 5 krokov

GOPAS Praha

Kodaňská 1441/46
101 00 Praha 10
Tel.: +420 234 064 900-3
info@gopas.cz

GOPAS Brno

Nové sady 996/25
602 00 Brno
Tel.: +420 542 422 111
info@gopas.cz

GOPAS Bratislava

Dr. Vladimíra Clementisa 10
Bratislava, 821 02
Tel.: +421 248 282 701-2
info@gopas.sk



Copyright © 2020 GOPAS, a.s.,
All rights reserved