

Välkommen till managementprogrammet

Personlig effektivitet

Arbeta smartare, mindre och fokusera på det viktiga!

Personlig effektivitet är ett program för dig som har mycket att göra, känslan av för lite tid och viljan att förändra.

SMIL erbjuder en hands on-utbildning där du arbetar med eget material med stöd av en coach och tränar in nya goda vanor mellan träffarna. Utbildningsdagarna inleds med gemensamma workshops.

Deltagarna arbetar praktiskt med:

- Vanor och beteenden
- Prioritering
- Planering
- Struktur i sin fysiska miljö inklusive pappersdokument och digitala dokument
- E-posthantering
- Effektiva möten

Deltagarna får kännedom om varför olika personligheter arbetar "på olika sätt" (har olika drivkrafter) och blir stressade i olika situationer. Utbildningen täcker in allt som den enskilde individen kan påverka själv, vilket är mer än många föreställer sig före utbildningen.

Generella mål:

- Frigjord tid (snittdeltagaren frigör 6 timmar per vecka)
- Känslan av kontroll över sin arbetssituation

Individuella mål:

- Deltagarna upprättar individuella mål och coachas genom utbildningen för att uppnå dessa.

Upplägg

Programmet pågår under tre heldagar samt ett kort uppföljningstillfälle. De totalt fyra träffarna är placerade med cirka tre veckors mellanrum för att deltagarna däremellan ska få möjlighet att öva in goda vanor. Praktiskt arbete med eget material genomförs under utbildningsdagarna.

Programledare

Coach och sessionsledare i SMIL:s managementprogram är Lisa Ledskog, Agera Sweden AB, som är utbildad coach enligt GROW-metoden sedan 2003. Lisa har en bakgrund som civilingenjör, CTH 1987, och har byggt upp flera verksamheter bland annat som koncernchef i DSV Miljö AB och RGS90, ett nationellt branschnätverk m.m. Agera Sweden AB grundades 2004 och finns med ett tiotal medarbetare i hela södra Sverige. Agera arbetar med organisationer i alla branscher exempelvis med AB Volvo, Akzo Nobel AB, Tekniska Verken i Linköping AB, VTI, FOI m.fl..



Före start

Inför utbildningen sänder Agera en personlig webbenkät till deltagarna. Syftet är att göra en inventering av deltagarnas behov och önskemål.

Dag 1: 9.00-16.30, tisdagen den 20:e mars 2012

Gruppseminarium om ca 3 timmar:

- Arbetsvanor och beteenden
- Identifiering av individuella hinder för ett effektivt arbetssätt
- Individuella mål med utbildningen
- Strukturering av arbetsmaterial
- Inläring av ett Ageradirektbeteende

Under eftermiddagen: Praktiskt arbete med eget material utifrån ovanstående inklusive coaching mot de individuella målen. Obs. denna eftermiddag förläggs till deltagarnas respektive arbetsplats eftersom det handlar om strukturering i den fysiska miljön, pappersdokument m.m. Ageras coach kommer till respektive arbetsplats. Detta gäller endast dag 1. Under övriga dagar genomförs det praktiska arbetet med egen bärbar dator i kurslokalen.

Dag 2: 9.00-16.30

Gemensamt seminarium om ca 3 timmar:

- Fortsatt identifiering av hinder. Vad kan jag påverka? På vad ska jag lägga energi?
- Hur mycket vill jag arbeta? Tidsinventering/tidstjuvar.
- Prioritering. Vilka uppgifter väljer jag att arbeta med och varför?
- Hur hinna med valda arbetsuppgifter? Planering dag/vecka/månad.

Under eftermiddagen: Praktiskt arbete med egen dator utifrån ovanstående inklusive coaching mot de individuella målen.

Dag 3: 9.00-16.30

Gemensamt seminarium om ca 3 timmar:

- Återkoppling från steg 1 och 2.
- Hur fungerar våra arbetsformer? Möten, delegering.
- Kommunikation. E-post, kommunikationsverktygen (Outlook, Lotus Notes eller Novell)
- Utvärdering

Under eftermiddagen: Praktiskt arbete med egen dator utifrån ovanstående inklusive coaching mot de individuella målen.

Steg 4: 16.00-17.30

Uppföljning genom gruppcoaching av nuläge och framåtblick. Vart står deltagarna i nuläget och vad vill de förändra och förbättra.

Priset för programmet är 10 500 kr ex moms per företag. Priset inkluderar två deltagare per företag, max 10 företag. Kaffe/te & smörgås ingår i passen.

Anmäl dig genom att maila till: carina.ekhager@liu.se, Carina Ekhager eller ring 013 - 28 15 68 senast 2012-03-06. Anmälan är bindande men platser kan överlåtas till annan deltagare.

Vid frågor kontakta gärna Jonas Nilsson, jonas.nilsson@spdevices.com, 013 – 465 06 01