

# Баланс корпоративных и личных целей. Тайм-менеджмент в стрессовых условиях

Формат воркшопа			Воркшоп в цифрах		
<b>16</b>		<b>14</b>	<b>27</b>	<b>670+</b>	<b>8</b>
Часов Прод-ть воркшопа	Макс кол-во участников в группе	Практических упражнений	Проведено сессий	Обучено участников	Лет опыта проведения тренинга

## Цель воркшопа

- Научиться балансировать стратегические и тактические задачи
- Сформировать способность принимать Стратегические решения в условиях превалирования тактических задач
- Повысить ответственность за свои действия и решения
- Научиться управлять своей жизнью без ущерба для корпоративных и личных целей

## Аудитория тренинга

### Участники:

- Топ-менеджеры и руководители, желающие выйти на новый качественный уровень планирования и реализации своих рабочих и личных задач

### Компании:

- Когда руководители ежедневно работают в условиях многозадачности, стресса и неопределённости
- Когда необходимо соединение стратегического и тактического планирования в работе

## Кейс

Данный курс проводится в рамках Executive MBA Московской международной высшей школы бизнеса «МИРБИС». В его основе – адаптированный под аудиторию топ-менеджеров и владельцев бизнеса тренинг «Тайм-менеджмент в стрессовых условиях». Полностью адаптируется к количеству участников и по продолжительности:

- ООО «РН-Информ», 2015 год. Проведен тренинг в формате 1 дня для 63 участников (собрание региональных руководителей, макрорегион Поволжье).
- Компания «Фосагро», 2017 год. Проведен в формате воркшопа, 2 дня
- НПО «Петровакс Фарм», Роад-шоу препарата «Лонгидаза» для врачей-гинекологов в регионах России, 2017 год. Воркшоп трансформирован до мастер-класса на 2 часа.
- Компания VI Group (Казахстан), 2019. Проведен в формате интерактивного выступления, 170+ участников, 1 день

## Программа воркшопа

### **Блок 1. Баланс корпоративных личных целей. Основы.**

- Современная теория поколений. Специфика управления Балансом в современном мире  
Особенности управления временем и приоритизации в современном мире. Отличия 5 базовых поколений:

- Молчаливое поколение
- Бэби-бумеры
- Поколение X
- Поколение Y
- Поколение Z

- **3 ключевых элемента успешного планирования в современном мире:**

- Мотивирующие цели
- Блокаторы
- Точность действий

- **Принципы приоритизации задач. Формирование целевой картины.**

- Проход в будущее
- Основные жизненные сферы

- **Блокаторы. Что мешает добиться Баланса и целей**

- 5 основных глубинных разговоров

- **Точность действий. Система разделения времени**

Точность действий в бизнес- и личной жизни

- **Светлые и темные привычки. Хамелеонство привычек**

### **Блок 2. Практический Тайм-менеджмент. Тактические инструменты.**

- Квадранты теории времени
- ГПС
- Альтернативная трактовка времени
- Теория об альпинистах и странниках в пустыне
- Теория касаний и теория «Слонов и бифштексов»

### **Блок 3. Ресурсы для достижения Баланса**

- Откуда черпать энергию
- Доступность знаний в современном мире

### **Блок 4. Превращение стратегии в реальность**

- Подведение итогов года
- Стратегическое и текущее планирование
- Практика. Первые шаги.
- Минимум – Таргет - Максимум

### **Бонусный блок. Толерантность к чужому мнению**

«Взрослые люди обычно не врут. Они ошибаются и отчаянно отстаивают свою правоту». Задача про кроссовки.

## По результатам воркшопа участники смогут:

- Получить пошаговый алгоритм построения Баланса Личного и Рабочего времени, адаптированный под каждого участника
- Обрести набор навыков по сохранению эффективности Стратегического и Тактического планирования и реализации намеченного
- Освоить техники обретения контроля над своей жизнью и существенного повышения эффективности своей деятельности и радости от достигнутого