

## SEBARIADENIE - D4

<b>Čas</b>	<b>Téma</b>
09:00 - 10:00	<b>Riadenie</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Riadenie</li><li>▪ Týždeň</li><li>▪ Týždenné plánovanie</li><li>▪ Pohľad späť - hodnotenie</li><li>▪ Pohľad dopredu - plánovanie</li></ul>
<b>10:00 - 10:15</b>	<b><i>Prestávka</i></b>
10:15 - 11:00	<b>Riadenie</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Dôležité a naliehavé</li><li>▪ Sústredenie na DN</li><li>▪ Sústredenie na D</li><li>▪ Každodenné žitie</li><li>▪ Ráno doma a v práci</li><li>▪ Záver v práci</li><li>▪ Návrat domov</li></ul>
11:00 - 12:00	<b>Cvičenia</b>
Hry	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Analýza hospodárenia s časom</li><li>▪ Eisenhowerov princíp</li></ul>
<b>12:00 - 13:00</b>	<b><i>Prestávka - obed</i></b>
13:00 - 14:00	<b>Inšpirácie</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Dohody</li><li>▪ Flexibilita</li><li>▪ Poriadok</li><li>▪ Starostlivosť</li><li>▪ Sústredenie a odľahčenie</li><li>▪ Súlad s firmou - ústretovosť</li><li>▪ Nesúlad s firmou - odmietanie</li><li>▪ Nesúlad s firmou - prezčasy</li><li>▪ Čas</li><li>▪ Efektivita</li><li>▪ Pocity</li><li>▪ Kríza</li><li>▪ Rozhovory</li><li>▪ Informácie</li><li>▪ Pamäť</li><li>▪ Pomôcky</li><li>▪ Problémy</li></ul>
<b>14:00 - 14:15</b>	<b><i>Prestávka</i></b>
14:15 - 15:00	<b>Cvičenia</b>
Hry	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ <u>Časožrúti</u></li></ul>

Čas	Téma
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Interné hodiny v organizovaní času</li> <li>▪ Pravidlá obrany svojho času</li> <li>▪ Model pracovného správania</li> <li>▪ <u>Emočná previerka</u></li> <li>▪ <u>Logická previerka</u></li> </ul>
15:00 - 16:00	<b>Inšpirácie</b>
Teória	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Myšlienková mapa</li> <li>▪ Nápady</li> </ul>
	<b>Cvičenie</b>
Hra	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Myšlienková mapa</li> </ul>
16:00 - 16:30	<b>Záver 4</b>
Diskusia	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ To najdôležitejšie z riadenia</li> <li>▪ Záverečné zhrnutie - vhľady</li> <li>▪ Diskusia</li> <li>▪ Knihy</li> <li>▪ Spätná väzba</li> </ul>