



## Treniņseminārs

# PANĀKUMU SASNIEGŠANAS MĀKSLA

### Jeb Personīgā menedžmenta principi

Jaunākie pētījumi norāda, ka ikviena cilvēka apmierinātība ar dzīvi ir cieši saistīta ar mērķu un augstu rezultātu sasniegšanu gan profesionālajā, gan personīgajā dzīvē. Bieži cilvēki izvēlas sākt pirmos soļus uz mērķa sasniegšanu pirmsdien, no nākamā mēneša, no nākamā gada...

Panākumu cilvēkus apvieno viena fundamentāla lieta - ļoti labas personīgā menedžmenta prasmes!

Vai esi apņēmies būt veiksmīgs, radoši strādāt un pilnībā realizēt savu iekšējo potenciālu?

**Programma piedāvā praktisku pieeju tam, kā izmantojot jaunākās metodes:**

- palīdzēt uzstādīt savus mērķus tā, lai ātri gūtu panākumus sev vēlamajās dzīves sfērās
- sniegt izpratni par laika vadīšanas principiem savu mērķu sasniegšanai un praktiskus paņēmienus laika pārvaldīšanā
- attīstīt sevī spēcīga līdera īpašības, kas ļaus ieņemt kapteiņa lomu savā dzīvē.

**Programmā :**

- Vērtības un prioritātes, saskaņā ar dzīves „Harmonijas apli”
- Stiprās puses, talanti un slēptais potenciāls
- Personīgie uztveres pozīciju filtri
- Mērķu uzstādīšanas māksla un SMART pamatprincipi mērķu izvirzīšanā
- Šķēršļu apzināšana un pārvarēšana ceļā uz mērķi
- Laika menedžmenta pamatprincipi un savu „laika zagļu” apzināšana
- Biežāk pieļautās kļūdas laika vadīšanā
- Ceturtās paaudzes laika plānošanas metodes
- Kā sasniegt vairāk, darot mazāk – Pareto princips (80/20 likums)
- Atbildības zonu sadalīšana un deleģēšanas māksla
- LEADER plānošanas principi
- Personīgā menedžmenta principi
- 1.soļa enerģija un 4 galvenie faktori panākumu gūšanā
- Veiksmīgu un izcilu personību stratēģijas





---

### Jūsu ieguvumi :

Jaunākās metodes un instrumenti efektīvākiem darba rezultātiem  
Mērķu izvirzīšanas un sasniegšanas stratēģijas panākumu gūšanai  
Atbrīvošanās no darbu pārslodzes  
Savas patiesās vērtības apzināšana komandā  
Izpratne kā iegūt savā dzīvē harmoniju un būt par iedvesmojošu līderi  
**PERSONĪGĀS IZAUGSMES PLĀNOTĀJS + ATBALSTA INDIVIDUĀLĀS KONSULTĀCIJAS**  
**+ ROKASGRĀMATA**

### Norise :

Tiks izmantoti teorijas materiāli, ko papildinās praktiski piemēri, situāciju analīze, darba lapas, dalībnieku diskusijas un komandas uzdevumi. Nodarbības veidotas kā dinamisks un interaktīvs treniņseminārs ar dalībnieku aktīvu līdzdalību.

**Norises laiks :** 16 h

**Dalībnieku skaits:** līdz 13 dalībniekiem.

**Treniņsemināra cena:**

**Treniņsemināru vadītājs:**

**Lilīta Burova** – Personības pašizaugsmes trenere - praktiskais psihologs

\*Lai saglabātu pievienoto vērtību pēc treniņsemināra un vēl labāk uzlabotu apmācību rezultātus, piedāvājam pēc apmācībām trenera – konsultanta pakalpojumus (gan individuālos, gan komandas), ar kuriem iegūtās zināšanas ir daudz efektīvāk ieviest ikdienas darbā.

*„Visiem mums tiek iedota ļoti liela bagātība, kas katru dienu tiek sadalīta starp visiem pilnīgi vienādi – tas ir laiks.”*

*Napoleons Hills*

---

**Vairāk informācijas:**

Tālrunis: +371 25909294

E-pasts: [pp.atslegas@gmail.com](mailto:pp.atslegas@gmail.com)