

时间管理（中文授课）

深圳：2021年11月18日（周四）13:00 ~ 16:30

广州：2021年11月19日（周五）13:00 ~ 16:30

主办：英创安众企业管理咨询（深圳）有限公司

深圳市福田区深南大道与金田路交汇处 金地中心15楼C10-C11室

广州市天河区天河路230号万菱国际中心4002-04室

○ 课程特色

你是否觉得不知不觉一天过去了，但是也不知道在忙些什么。你是否觉得一周虽然忙个不停，但是周报却没有内容可写。你是否被拖延症困扰，同时又焦虑不堪。本“时间管理”课程，让你掌控自己的每一分钟，打败拖延症摆脱焦虑，让你工作更高效，生活更充实。

○ 课程内容

第一章 认识自己的人生全貌

1. 人生拍卖
2. 绘制自己的彩虹年表

第二章 日常时间管理

1. 时间都去哪儿了——“没察觉先生”的变化
2. 如何克服拖延症——“小拖”的转变
3. 用时间投资自己——提桶先生和管道先生的故事

第三章 时间管理在工作中的运用

1. 目标管理——SMART原则
2. 计划管理
3. 计划做得好，事半功倍

Q&A

○ 课程对象：普通 ~ 中层职员



○ 讲师：袁星芳

英创安众企业管理咨询（上海）有限公司
首席讲师

国际注册礼仪培训师，“丰田式问题解决”认证讲师，12年以上资深讲师经验，为上百家、各行各业日企提供礼仪类、沟通类培训课程。

报名回执

请将填写完毕的报名回执

发送邮件至 infosz@persolkellyconsulting.com

（联系人：英创安众深圳 Ms.纪）

○ 费用：1,500元/人（含6%增值税）

※加入敝司人事劳务会员制度的企业本次可享受1,200元/名的待遇。

贵公司名 (发票抬头)				
姓名	性别	职务	E-mail	联系电话
支付方式	<input type="checkbox"/> 银行转账		开户银行：招商银行深圳中央商务支行 银行账号：817682070510001 账户名称：英创安众企业管理咨询（深圳）有限公司	
发票种类	<input type="checkbox"/> 普通发票		<input type="checkbox"/> 增值税专用发票（抵扣率6%） ※请提供增值税专用发票信息。	

※满20名即停止接受报名。

※咨询窗口：Ms.纪

0755-23996500（682）