

Gewinnen Sie Zeit durch effizienten Umgang mit Information



alphaBrain – Informationsmanagement

2 Tage Intensivtraining (jeweils Fr/Sa)
plus 8 Wochen Umsetzungsbegleitung mit alphaSkills-online

Zielgruppe: Top-Leister und Kopfarbeiter

Effizienter Umgang mit Information

Kopfarbeiter verbringen 80 – 100% ihrer Arbeitszeit mit Informationsverarbeitung. Der entscheidende Vorsprung wird durch die Fähigkeit erzielt, die Menge und Komplexität der Informationsflut kompetent zu bewältigen.

«Gewinnen Sie Zeit durch ziel- und nutzenbezogenes Lesen, besseres Zuhören und präzises Erinnern.»

„alphaBrain“ öffnet einen neuen Zugang zu erweiterten Gehirnfähigkeiten, welche mehr Gehirnpotenzial nutzbar machen. Dies ist entscheidend für jegliche Informationsverarbeitung, verbessert die Konzentration und mentale Leistungsfähigkeit.



Trainingsziele

In kürzerer Zeit mehr Informationen aufnehmen:

- Sie sind in der Lage, messbar schneller Informationen zu verarbeiten
- Sie erhöhen Ihre Präsenz und Aufnahme-fähigkeit
- Sie steigern Ihre Merkfähigkeit beim Zuhören
- Sie verbessern Ihre Entscheidungsfindung und Problemlösung

«Information ist das Marktgut Nummer 1.»

*«Die Payback-Zeit beim Kurs alphaReading ist hervorragend. Die Investition hat sich mehr als gelohnt. Zeiteinsparung beim Lesen: 50%.»
M.B., Geschäftsführer einer Fabrik*

Inhalte

alphaReading – für effizientes Lesen

- Den herkömmlichen Lesestil optimieren – bis zu doppelt so schnell lesen
- Mit visuellem (Flow-) Lesen Information um ein Mehrfaches schneller orten und aufnehmen
- Auf dem schnellsten Weg zum Wesentlichen – dank Arbeitstechnik Information ziel- und nutzenbezogen verarbeiten
- Merkfähigkeit steigern – Wissen im Aktivgedächtnis verankern
- Schneller, besser und mit weniger Stress lesen

alphaListening – für präsenten Zuhören

- Mühelos und ohne gedankliche Nebenprogramme zuhören
- Entspannt präsent bleiben, auch über lange Zeit, und beim Zuhören regenerieren
- Merkfähigkeit steigern – Wissen im Aktivgedächtnis verankern

alphaTimeQuality – für entspanntes Arbeiten

- Arbeitsintegrierte Stressbewältigung – Stresslevel senken ohne zusätzlichen Zeitaufwand
- Verarbeitungsprozesse im Gehirn optimieren: Entscheidungsfindung, Problemlösung und kreative Ideenfindung
- Sich über Zeit gesund leistungsfähig halten

«Seit diesem Kurs lese ich in einem entspannten und aufnahmefähigen Zustand, behalte mehr, finde die qualitativ wertvollen Stellen sofort und fühle mich danach frischer als zu Beginn.»
A.H., Head of TQM Swisscom Mobile AG

Nutzen

Sie erhöhen die Effizienz und Qualität in der Informationsverarbeitung und bauen gleichzeitig Stress ab.

Um den höchsten Grad der Nachhaltigkeit zu erreichen sind Sie mit alphaSkills-online im Umsetzungsalltag optimal begleitet und erreichen damit garantierten Nutzen.

«Sie lesen schneller, qualitativ besser und mit weniger Stress»



Sie bewältigen die Informationsflut effizient und kompetent, indem Sie

- innert kürzester Zeit an die relevanten Informationen kommen
- mit einer gleichbleibend hohen Präsenz und Aufnahmefähigkeit bessere Arbeit leisten und dennoch entspannt bleiben
- Ihr Lesematerial in bis zur Hälfte der Zeit verarbeiten – und dadurch Freiraum für andere Tätigkeiten gewinnen
- im Alpha-Zustand über Stunden entspannt und konzentriert zuhören sowie die Merkfähigkeit steigern
- im Flow (Alpha-Zustand in Aktion) arbeiten, was Höchstleistung ermöglicht

Angebot

Daten:	28./29. Mai 2021 (jeweils Fr/Sa) 26./27. November 2021
Kursleitung:	Caroline Wilhelm
Investition:	CHF 2'450.- exkl. Hotelkosten (CHF 1'950.- für Selbstzahler)

Dauer: 2 Tage Intensivtraining,
8 Wochen Umsetzungsbegleitung
mit Online-Tool (4 Module)

Ort: Grossraum Zürich