

Ta kontroll over tiden!

”Det var unison tilbakemelding på at dette temaet både var interessant og nyttig da Haumyrheia skole hadde personalseminar. Det ble også lagt fram på en profesjonell og lett tilgjengelig måte. Jeg kan sterkt anbefale opplegget til andre skoler.”

- *Torunn Sandvand, rektor*

”Kurset inspirerte meg til å bruke digitale verktøy. Bruk av elektronisk kalender har redusert arbeidstiden min med mange timer i uken.

Kursholder ser skolen fra flere vinkler, er kritisk og er opptatt av å bruke tiden effektivt.”

- *Heine Martinussen, allmennlærer*

”Lærerne blir stadig pålagt nye oppgaver som tar tida fra klasserommet. Hva er da viktigere enn å diskutere hvordan læreren best kan bruke tida si? I tillegg er Per Abildgaards kurs preget av åpne og sentrale spørsmål om pedagogikk.”

- *Terje Dag Østhassel, lektor og tillitsvalgt*

Kontaktinfo

Hjemmeside:
www.percoach.com

Blogg:
www.percoach.wordpress.com

E-post:
per@percoach.com

Telefon: 988 18937



Kurs i time management - for skolen

Kursholder: Per Abildgaard

”Alt går så fort i våre dager”, synger Odd Børresen. Det merkes også i dagens skole. Mange lærere opplever kontroll over egen tid som et knapphetsgode. Tidskabalen går ikke opp. Hvilke grep er det mulig å ta i møte med de krav og forventninger som vi møter i skolen i dag?

Kurset tar for seg grunnleggende prinsipper for time management og ser på mulighetene effektiv tidsplanlegging gir.

Jeg tilbyr et tredelt kurs, men det kan i stor grad tilpasses behov og tidsrammer på den enkelte arbeidsplass

1 I forkant av kurset har jeg et intervju med representanter for ledelsen på arbeidsplassen. Hensikten er å kartlegge aktuelle utfordringer og arbeidsrutiner. Forarbeidet kan også inneholde en undersøkelse om arbeidsvaner blant de ansatte. Her er det ønskelig at flest mulig deltar. Undersøkelsen tas på internett og er selvfølgelig helt anonym.

2 Jeg holder så et foredrag der jeg blant bruker data fra forundersøkelsen. Med utgangspunkt i kultur og rutiner på arbeidsplassen, ser vi på muligheter til å ta kontroll over tiden. Hovedområdene er:

- ✓ Legg planer!
- ✓ Jobb effektivt!
- ✓ Jobb sammen!
- ✓ Jobb digitalt!

3 Fra ord til handling. Hvordan kan vi ta grep på egen arbeidsplass? Her dreier det seg om trening og oppfølging. Som coach er jeg med og legger til rette for oppfølging og prosesser blant de ansatte og ledelsen. Dette kan blant annet skje ved gruppearbeid i forlengelsen av foredraget. Det er også mulig med samarbeid om en mer langsiktig strategi.



Per Abildgaard er utdannet adjunkt og har siden 2000 jobbet som lærer på Haumyrheia skole i Kristiansand.

Han er også sertifisert coach med utdanning fra bl.a. UiA.

Yrkeserfaring bl.a. som journalist, musiker, salgskonsulent, barnehageeier og innen forskjellige former for organisasjonsvirksomhet.