

# Zeitmanagement am Arbeitsplatz

## Sie erfahren, wie Sie

- Ihren Arbeitsalltag aktiv gestalten und effektiv organisieren
- Informationen ordnen, übersichtlich aufbereiten und kommunizieren
- Prioritäten und Ziele setzen, um dadurch mehr Zeit zu gewinnen
- Ihre Aufttritts- und Kommunikationskompetenz verbessern
- Ihr eigenes Effizienzsystem in den Arbeitsalltag einbringen

Am Ende des zweitägigen Seminars haben Sie mindestens 3 konkrete Vorhaben entwickelt, die Sie unmittelbar umsetzen können.

## Zielgruppe:

Projektleiter/innen, Mitarbeiter/innen aus Assistenz und Sachbearbeitung

## Seminarbeschreibung: Zeitmanagement am Arbeitsplatz

### Grundlagen Arbeits- und Informationsmanagement

- Ordnungssysteme aufbauen: Die Papierflut eindämmen, Ablagen strukturieren, Übersicht in PC und Emails
- Effizientes Wiedervorlagensystem, Erinnerungen einrichten
- Organisationsprozesse gestalten: Steuerungschancen und Grenzen, Analyse und Gestaltung
- Den Informationsfluss sicherstellen
- Beispiele und Hinweise zu PC – Programmen

### Zeitmanagement

- Prioritäten erkennen und setzen: Der Unterschied zwischen „wichtig“ und „dringend“
- Entscheidungen treffen und konsequent umsetzen
- Delegationsprinzipien erkennen und anwenden
- Zeitfallen erkennen: Umgang mit Ablenkungen, Unterbrechungen, langen Besprechungen

### Ihr persönliches Effizienzsystem

- Welche Arbeitstypen und -stile gibt es – welchen entsprechen Sie
- Eigene Energiequellen optimal nutzen
- Widerstände überwinden
- Praxisübungen mit Ihrem Effizienzsystem
- Checklisten — Erleichterung in der täglichen Arbeitspraxis

---

**Termin:** 24. und 25. September 2010

**Ort:** Institut für systemisch-integrative Beratung, Köln-Sülz

**Preis:** 980,00 Euro incl. MwSt.

**Kontakt:** ISIB-Köln Tel: 0221-832620 oder [info@isib-koeln.de](mailto:info@isib-koeln.de)

**Anmeldung:** Sie können sich direkt telefonisch oder per Mail „vorab“ abmelden. Wir senden Ihnen dann die Anmeldeunterlagen als PDF oder per Post zu. Sie können sich auch direkt das Anmeldeformular von unserer Website [www.isib-koeln.de](http://www.isib-koeln.de) herunterladen.