

## Inhouse-Seminar Selbst- & Zeitmanagement

### Steigerung der Effizienz und Effektivität

Sie wollen konzentriert an Ihren wichtigsten Aufgaben arbeiten, haben aber nebenbei viele administrative Kleinigkeiten zu erledigen. Entscheidungen sind zu treffen, vieles muss organisiert werden, Meetings, an denen Sie teilnehmen sollen - von der Informations- und E-Mail-Flut ganz zu schweigen. Aus diesem Grund ist es für Sie ein Muss, sich gut zu organisieren, stets den Blick für das Wesentliche zu haben und mit der eigenen Zeit und Energie effizient umzugehen.

Die Menge an Informationen, die ein Unternehmen zu managen hat, wird immer zahlreicher und komplexer. Auch der Informationsbedarf einzelner Interessengruppen hat enorm zugenommen. Hier stellt sich oft die Frage, wie Informationen sinnvoll verteilen? Welche Instrumente stehen zur Verfügung und wer soll welche Informationen bekommen? Wie ist die interne Kommunikation vernetzt, so dass Schnittstellen reibungslos ineinander greifen?

Mit Hilfe dieses Seminars erstellen Sie sich ein individuell passendes und schnell in der täglichen Praxis umsetzbares Selbst- und Zeitmanagementkonzept. Dieses hilft Ihnen, im Berufsalltag den Überblick zu bewahren, die wirklich wichtigen Dinge zu erkennen und sich Zeit dafür zu nehmen.

Das Seminar richtet sich an Geschäftsführer\*innen und Mitarbeiter\*innen in kleinen und mittelständischen Unternehmen. Im Seminar werden die bekanntesten in der Praxis bewährten Methoden zur Selbstorganisation, Arbeitstechnik und Zeitersparnis dargestellt.

#### Inhalte:

- Strategien zur Verbesserung der eigenen Arbeitsweise
- Welche sind meine wichtigsten Aufgaben?
- Wie motiviere ich mich selbst?
- Praktische Unterscheidung der Ziele / Definierte Ziele
- Grundsätze / Methoden für die Planung des Arbeitstages
- Die Zeitfresser
- Strategie zum „NEIN“-Sagen
- Prinzipien für mehr Effektivität

#### Zielgruppe:

Das Seminar richtet sich an Geschäftsführer\*innen und Mitarbeiter\*innen in kleinen und mittelständischen Unternehmen.

**Termin:** nach Absprache

**Ort:** nach Absprache

**Teilnahmegebühr:** Der Workshop findet im Rahmen des ESF-Projektes WEGE statt und ist für am Projekt teilnehmende Unternehmen kostenfrei.

Für Rückfragen stehen Ihnen Frau Kröner und Frau Eichhorn zur Verfügung.  
Tel. 03562 6986961 oder per Email [kroener@ms-mk.eu](mailto:kroener@ms-mk.eu)

Das Projekt WEGE wird im Rahmen der Initiative „Fachkräfte sichern: weiter bilden und Gleichstellung fördern“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.