

## 2505-020IF Zeit- und Selbstmanagement: Reflexionen und Anleitung

Kursnr.:	2505-020IF
Beginn	Montag, 12.05.2025, 09:00 Uhr
Dauer	2 Tage, 13 UE
Kursort	Raum 16; EG; DIAKOVERE Akademie Gebäude Anna-von-Borries-Str. 7
Gebühr	265,00 € / DIAKOVERE Mitarbeitende: 0,00 €
Informationen	Zielgruppe: Alle Berufsgruppen Bitte mitbringen: ...den eigenen Terminkalender und andere Hilfsmittel, die zur Strukturierung des Tagesablaufes genutzt werden.
Inhalte/Lernziele	In diesem Workshop erfahren Sie, dass Zeitmanagement mehr ist als operative und rationale Techniken einzusetzen. Es ist auch mehr als das Führen eines Terminkalenders. Die Teilnehmenden erarbeiten ihren Weg hin zu einem ganz persönlichen (nicht nur auf den Arbeitsplatz bezogenen) Zeit- und Selbstmanagement. Mithilfe verschiedener Methoden und Techniken lernen Sie, Ihren Umgang mit Zeit zu analysieren, neue / andere Strategien zu entwickeln und in geeignete Maßnahmen umzusetzen. - Moderierter Erfahrungsaustausch zur Ist-Situation / Bestandsaufnahme - Arbeit und Arbeitstechniken - Zeit und Zeitfresser - Ziele, Strategien, Maßnahmen - Stress und heitere Gelassenheit
Methode	Kurzvortrag, Diskussionen, Erfahrungsaustausch, Gruppen- und Einzelarbeit
Hinweis:	Bitte mitbringen Den eigenen Terminkalender und andere Hilfsmittel, die zur Strukturierung des Tagesablaufes genutzt werden.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
12.05.2025	09:00 - 16:30 Uhr	Raum 16; EG; DIAKOVERE Akademie Gebäude Anna-von-Borries-Str. 7
13.05.2025	09:00 - 13:00 Uhr	Raum 16; EG; DIAKOVERE Akademie Gebäude Anna-von-Borries-Str. 7

[zur Kursdetail-Seite](#)