

KH-IT Seminar „Arbeits- und Selbstorganisation“

Erfolgreiches Zeitmanagement wird immer anspruchsvoller. Wir sind ständig erreichbar und die Zeiten ungestörten Arbeitens schrumpfen immer weiter. Zudem nimmt die Planbarkeit der eigenen Aktivitäten für den jeweiligen Tag immer weiter ab. Flexibilität steht im heutigen Arbeitsleben an erster Stelle. Gleichzeitig nehmen die Flut der zu verarbeitenden Informationen und die Aufgabendichte immer weiter zu. Umso mehr wird Zeitmanagement zu einer fortlaufenden Aufgabe, speziell in sich ständig ändernden Kontextbedingungen. Aufgrund von Veränderungsprozessen oder der wachsenden Vielseitigkeit der eigenen Aufgaben, wird wirksames Zeitmanagement immer wichtiger. Ein übersichtliches und einfaches System zur Strukturierung der eigenen Arbeitsprozesse ist heutzutage unerlässlich geworden. Dieses Seminar bietet wertvolle Anregungen und Modelle, um das eigene System zu verfeinern oder ein neues auszuprobieren

Agenda des Kurses

- Richtig Priorisieren
 - Präfrontalen Cortex aktivieren, um bessere Entscheidungen zu treffen
 - Aufgaben in einem Priorisierungssystem organisieren
- Grundideen und Prinzipien des Zeitmanagements
 - Die wesentliche Essenz verstehen
- Darstellungsmethode
 - Priorisierte Todo-Listen vs. unübersichtliche Aufgabensammlungen
- Ungünstige Dynamiken
 - Aufschieberitis entgegenwirken
 - „Sägezahneffekt und strukturierte Amnesie“ vermeiden
 - Tipps und Tricks – „Goldene Stunde“ und mehr
- Flexibles Arbeiten mit dem 3x 30 System
 - Methode zur Vereinfachung des Zeitmanagementsystems
- Kurz-Exkurs: Arbeiten unter Druck und „das E-Mail-Dilemma“

Methoden

- Inputs und Präsentationen seitens des Trainers
- Selbstreflexion und Erfahrungsaustausch der Teilnehmer
- Praktische Übungen anhand von Aufgabenstellungen
- Auswertung, Diskussion im Plenum
- Praxistransfer der Lerninhalte in den beruflichen Alltag

Ihr Referent:

Marc Bayer

Diplom Volkswirt | Coach | Berater | Trainer



Tätigkeitsschwerpunkte

Seminare & Trainings sowie Einzel- und Gruppencoaching zu den Themen:

- Führungs- und Nachwuchsführungskräfteentwicklung
- Virtuelle Zusammenarbeit und Führung
- Coaching Tools für Führungskräfte
- Persönliche Wirksamkeit ohne Einsatz hierarchischer Autorität
- Mehr Wirksamkeit durch Körpersprache
- Appreciative Inquiry und Change Management
- Organisations- & Personalentwicklung-Tools von www.behaviouralscience.com
- Konfliktmanagement & Verhandlungsführung
- Willenskraft, Motivation und Selbstcoaching
- Zeitmanagement, Work-Life-Balance, Stressmanagement

Spezielle sehr gefragte Kombinationen:

- In Konflikten vermitteln als Unbeteiligter
- Willenskraft und Stressresistenz steigern

Mein Repertoire umfasst weitere Themen, fragen Sie sehr gerne nach.

Qualifikationen und Ausbildungen

- Arbeitssprachen: Deutsch und Englisch
- 2013 bis heute selbstständig tätig als Berater, Trainer und Coach für Fach- und Führungskräfte in international operierenden Organisationen der Branchen: IT, Wirtschaftsprüfungsgesellschaften, Finanzdienstleister, Pharma, Chemie, Logistik, Einzelhandel, Maschinen- und Automobilbau, Gesundheitswesen und öffentlicher Dienst.
- 5 Jahre festangestellt als Führungskraft bei einem Konzern spezialisiert auf Weiterbildung, Seminare und Trainings. Bestandteile der Tätigkeit: Seminare & Trainings, Beratung & Coaching, Train the Trainer Seminare weltweit, Bildungscontrolling und Unterstützung des Vertriebsteams bei Kundenberatungen zum Verkauf der angebotenen Dienstleistungen
- 1 Jahr tätig als freier Berater bei einem deutschen Finanzdienstleister
- Mehrjährige Weiterbildungen zum Trainer und Business Coach (zertifiziert durch anerkannte Bundesverbände)
- Trainingsleitung bei mehreren Business-Coach-Ausbildungen nach den Richtlinien der PAS 1029. Drei Monate täglich Präsenzseminar je sechs Stunden
- Ausbildung in Systemischer Beratung und Organisationsentwicklung mit Tätigkeit am Milton Erickson Institut Heidelberg bei Dr. Gunther Schmidt
- Weiterqualifikationen in den Kommunikationsstrategien und -ansätzen nach Milton Erickson, dem Provokativen Stil und der lösungsorientierten Beratung
- Fortbildungen in den Bereichen der oben aufgeführten Arbeitsschwerpunkte und in weiteren Ansätzen
- Studium der Volkswirtschaftslehre mit Wahlfach Psychologie an der Universität Freiburg (Diplom Volkswirt), Diplomarbeit bei Prof. Dr. Raffelhüschen zum Thema: Risikostrukturausgleich der deutschen Krankenversicherungen.

Anmeldung

Online Seminar „Arbeits- und Selbstorganisation“

am Montag, 15. Mai 2023 09:00 bis 17:30 Uhr

Ort: Teams (Zugangsdaten werden separat mitgeteilt)

Die Teilnahmegebühr beträgt **399,00 EUR** (keine Berechnung von Umsatzsteuer gemäß §4, Nr. 22a UStG).

Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie die Anmeldebestätigung und von der KH-IT-Geschäftsstelle, Herr Kalmbacher die Rechnung. Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.

Die Seminargebühr ist auch bei einem Rücktritt oder bei Nichtteilnahme fällig bzw. kann nicht rückvergütet werden.

Die Anmeldung erfolgt über den Mitgliederbereich der KH-IT Homepage (dort zu finden unter: <https://www.kh-it.de/seminar.html>).

Für Fragen rund um das Webinar steht Ihnen Frau Anna-Lena Krüger per Mail (seminare@kh-it.de) zur Verfügung.