

E3 – DAS NEUE ZEITMANAGEMENT

A-B-C-Listen; Zeittaktungen, Biorhythmen, Zeitdiebe..., das Zeitmanagement „alter Schule“ setzt auf Aufgabenplanung und –verdichtung, Leistungsoptimierung und Delegation. Am Ende eines „erfolgreichen“ Zeit-Seminars steht wieder ein gefüllter Kalender, allerdings einer, der im Unterschied zum vorherigen besser strukturiert, effizienter ausgerichtet und praktikabler ist. Moderne Arbeitsorganisationen werden zunehmend vom Erfolgsfaktor Zeit gesteuert. Diese Tatsache ist offenbar und doch bleibt das wichtigste Problem weiter ungelöst: Woher nehmen? Hier setzt das E 3 -Prinzip an. Es unterscheidet sich von bisherigen Modellen gänzlich und verfolgt einen „radikal“ anderen Ansatz: Wem die Zeit fehlt, fehlt nicht die Zeit, sondern „Identität“! Es geht um ein klares Verständnis für eine bewusst gesteuerte Handlungsgestaltung. In letzter Konsequenz heißt das: „Nicht noch mehr tun, sondern das wichtige und richtige. Ergebnis ist eine sichere und gelassene Basis auf der die erste und entscheidende „E-Frage“ für stressfreies Handeln beantwortet werden kann, die Frage nach der "Evidenz".


ZIEL

Persönliche Werte als Maßgabe für handlungsleitende Entscheidungen verstehen und überprüfen.
 Fundierte und individuell passende Kriterien für Priorisierung von Aufgaben finden.
 Stressfrei planen, entscheiden und handeln.

TEILNEHMER

Management, Führungskräfte,
 Personalverantwortliche

INHALT

- Persönlichkeitsmodelle
- Psychologische Hintergründe zu Stress
- Psychologische Modelle und Theorie zu Motivatoren und „Antreibern“
- Resilienz und Resilienzfaktoren
- Private und berufliche Wertehierarchien
- Persönliche Rollen- und –Identifikationsmodelle
- Angst und Vermeidung als Treiber
- Die drei „E-Fragen“
- Erarbeitung eines persönlichen Integrationsplans

METHODEN

- Präsentationen, Referat
- Selbsterfahrungsübungen
- persönliche Reflektionszeiten
- Gruppen und Individualarbeit
- Möglich: Integrationsunterstützung durch Telefon-Konferenz-Coachings oder Einzel-Coaching
- Langfristige Ergebnisevaluation durch Online-Fragebogen 3 Monate nach der Veranstaltung.

DAUER / DURCHFÜHRUNG

Bundesweit
 2 Tage, offenes Seminar
 Auch Inhouse / Bildungseinrichtungen etc

REFERENT(EN)

Peter Fuchs
 Unternehmensberater, systemischer Coach,
 systemischer Therapeut (HP)
 15jährige Beratungspraxis

ANMELDUNG / KONTAKT

sysento :
 mail@sysento.de
 sysento.de

☎ 08122 2286003
 📠 08122 2286005