

Seminar Nr. 56-23

Modernes Zeit- und Arbeitsmanagement

Sonstige Themen

- Inhalte:** Ständig größer werdender Zeit- und Termindruck, immer häufiger müssen viele Dinge auf einmal und sofort erledigt werden. Sie hetzen von einem Termin zum anderen und wichtige Aufgaben lassen sich erst nach dem offiziellen Arbeitsschluss erledigen. Die vorhandene Zeit wird immer knapper. Daher ist es erstrebenswert, den vorhandenen Zeitvorrat so zu organisieren und psychologisch zu reflektieren, dass die Leistungsfähigkeit möglichst effektiv und produktiv bleibt. Dabei geht der thematische Zugang über rein organisatorisch-planerische Faktoren hinaus und verweist auf die (oft unbewussten) psychologischen Ursachen diffuser Betriebsamkeit.
- Termine:** 18.09.2023, 08:45 - 16:30 Uhr, Wiesbaden
- Ort:** Seminarraum Süd
Ingenieurkammer Hessen
Abraham-Lincoln-Straße 44
65189 Wiesbaden
- Referenten:** Holger Sucker
- Fortbildung:** 8 UE à 45 Minuten für Bauvorlageberechtigte / Nachweisberechtigte nach NBVO
- Kosten:** Mitglieder: 249,90 € (210,00 € + MwSt.)
Nichtmitglieder: 309,40 € (260,00 € + MwSt.)
- Anmeldeschluss:** 11.09.2023

Seminar Nr. 56-23

Modernes Zeit- und Arbeitsmanagement

Sonstige Themen

Tagesprogramm am 18.09.2023

- Tagungsort: Seminarraum Süd, Ingenieurkammer Hessen, Abraham-Lincoln-Straße 44,
65189 Wiesbaden
- 08:45 - 09:00 **Begrüßung / Organisatorisches**
Holger Sucker
- 09:00 - 10:30 **Selbsterkenntnisse zum eigenen, aktuellen Zeitmanagement**
Individuelle Zeitdiebe und Zeitfallen frühzeitig erkennen und diesen
sinnvoll entgegenwirken
- 10:30 - 10:45 **Kaffeepause**
- 10:45 - 12:15 **Effektive Arbeits- und Planungstechniken**
Prioritäten klar und sinnvoll setzen
- 12:15 - 13:15 **Mittagspause**
- 13:15 - 14:45 **Den eigenen Biorhythmus erkennen und effizient nutzen**
Tipps und Strategien für produktives Arbeiten im Büro und im Home-
Office
- 14:45 - 15:00 **Kaffeepause**
- 15:00 - 16:30 **Die wichtigsten Zeitmanagement Lifehacks**
Tipps und Strategien zum Umgang mit dauerhaft hoher Arbeitsbelastung