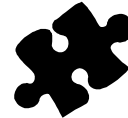


# 10 Zeitmanagement / Selbstmanagement

## So fangen wir die Zeitdiebe!

Workshop Selbstmanagement und Zeitmanagement



### Ziel:

Erst suchen wir die Zeitdiebe, dann entlarven wir sie und danach verjagen wir sie.

Ziel ist es den Teilnehmern mit modernem Zeitmanagement Werkzeuge an die Hand zu geben um in eine Lebensbalance zu kommen.

### Inhalt:

- Selbstmanagement – Ist-Zustand analysieren
- Zeitmanagement
  
- Werkzeuge kennen lernen
- eigene und fremde Verhinderer kennen lernen und evtl. Blockaden lösen
- Individuell auswählen was passt
- In Eigenverantwortung Lösungen definieren

### Zielgruppe:

Alle, die Zeit für das Wesentliche gewinnen möchten und eine gesunde Work-Life-Balance leben möchten.

### Methode:

Theorie-Input, Einzelarbeit, systemische Arbeit, Kleingruppenarbeit

### Referentin:

Monika Finkbeiner  
Organisationsberaterin und Coach für innere und äußere Ordnung

### Teilnehmerzahl:

6 - 10 Teilnehmer

### Dauer und Uhrzeit:

1 Tag  
von 9.00 bis 16.30 Uhr

### Seminarort:

Koblenz