

# Arbeitstechnik und Zeitmanagement

Praxis-Brücke

## Zusätzliche Infos zur Veranstaltung

### Zertifikat/Bestätigung

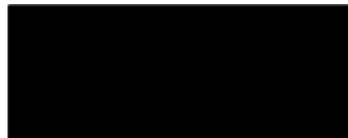
Teilnahmebestätigung

### Veranstalter

[Praxis-Brücke](#)

### Telefon bei Fragen

044 586 86 37



16.05.2024 und 20.06.2024 (WBZ Lenzburg) in Lenzburg  
07.11.2024 und 28.11.2024 (WBZ Lenzburg) in Lenzburg

Zielorientiertes Zeitmanagement und rationelle Arbeitstechnik sind äusserst wichtig. Nur mit gutem Zeitmanagement und rationeller Arbeitstechnik **behalten Sie den Überblick** und sind in der Lage, die täglichen Aufgaben **effizient** zu bewältigen.

In diesem Seminar analysieren Sie Ihr Arbeitsverhalten und ihre vielfältigen Rollen, machen eine Tätigkeits- und Zeitanalyse und üben das Setzen von Zielen und Prioritäten. Sie erproben Methoden zur Tages- und Jahresplanung und üben den Umgang mit Störungen. Sie bekommen Strategien zur Selbstkontrolle und erlernen Techniken zur Überwindung persönlicher Hindernisse

**CHF 890.00**

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)

## Beschreibung

### Ziele

- Eigene Arbeitstechnik analysieren und arbeitsmethodische Erkenntnisse besser berücksichtigen
- Planungsinstrumente sinnvoll einsetzen
- Stresssituationen frühzeitig erkennen und erfolgreich abbauen
- Zielorientiertes Denken und Handeln
- Umgang mit Störungen und Unterbrechungen
- «Prime Time» optimal nutzen

### Zielgruppe

Personen, die ihre Arbeitstechnik und ihr Zeitmanagement reflektieren und verändern wollen und die Bereitschaft mitbringen eigene Situationen einzubringen und diese kritisch zu hinterfragen.

### Zeit und Dauer

08:00 bis 16:20 Uhr

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)