

5. Start up Sommeruni an der HTW Berlin August/September 2012



Zeit- und Selbstmanagement

Ein Unternehmen zu gründen bedeutet viel Selbstorganisation. Der Spruch: „Wer selbständig ist, arbeitet selbst und ständig“ kann leicht zur Fallgrube werden. Lassen Sie sich und Ihren Gründungselan nicht von den Zeitfressern verschlingen!

Für den Arbeitsalltag gilt: durch eine konsequente Ausrichtung auf das Wesentliche und durch systematisches Vorgehen hat man letztlich weniger Arbeit und mehr Erfolg.

Der Workshop zu Zeit- und Selbstmanagement zielt auf die Verbesserung des eigenen Selbst- und Zeitmanagements, wobei es darum geht, Stress und Druck abzubauen. Es werden verschiedene Modelle des Selbstmanagements, Zeit- und Stressmanagements und der Ressourcenarbeit vorgestellt und ihre Anwendung durch Übungen vertieft (z.B. das Pareto-Prinzip und das Eisenhower-Modell).

Darüber hinaus analysieren wir Ihre individuellen Situationen als Gründer/-in und reflektieren sie gemeinsam. In Einzel- und Gruppenarbeit erarbeiten Sie sich passende nächste Schritte und erarbeiten sich Ihre eigene Strategie zum Umgang mit „Ihrer“ Zeit.

Hierzu gehört auch die Reflexion und Klärung der eigenen Bedürfnisse bei der Entwicklung von Geschäftsmodellen, die wirklich zur Situation des jeweils Gründenden passen. Die Arbeit mit dem Ansatz der Kollegialen Fallberatung unterstützt die konstruktive gegenseitige Unterstützung.

Termin: 21.08.2012

Uhrzeit: 9.00 bis 17.00 Uhr

Teilnehmeranzahl: max. 16