

## „Ticken wir noch richtig?“ Vom Zeit-gemäßen Umgang

Alternativtitel: „Tut mir leid: keine Zeit! Wie wir besser mit unserer Zeit umgehen.“

Ein Vortrag in zwei Teilen

Dauer: ca. 90 Minuten

### Inhalt

„Zeit“ ist das, was wir vermissen. Das war nicht immer so. Die Zeiten haben sich bekanntermaßen geändert, und sie werden dies auch weiterhin tun. Das Wissen um die Gründe und die Art und Weise wie sie das getan haben, ist eine notwendige Voraussetzung, ihr nicht immerzu nachlaufen zu müssen. Der erste Teil des Vortrags beschreibt, wie es dazu kam, dass wir so mit Zeit umgehen, wie wir es heutzutage tun.

Niemals zuvor wurde soviel Zeitmanagement betrieben wie in der Gegenwart. Und trotzdem fehlt uns heutzutage die Zeit mehr denn je. Zeitmanagement scheint also mehr Probleme zu schaffen, als es zu lösen verspricht. Sinnvoller und zufriedenstellender, weil realistischer, ist ein differenzierter Umgang mit der Zeit, der auf die Produktivität vielfältiger Zeiten und Zeitformen abzielt. Was wir tun können, um kompetenter mit unserer Zeit umzugehen, davon handelt der zweite Teil des Vortrags.

### Varianten des Vortrags

Der Vortrag kann als Auftakt zu einem Workshopteil dienen, in dem die Zuhörer z.B. ihre eigenen Zeitressourcen und Zeitprobleme bearbeiten, sich kollegial Beraten oder individuelle Strategien für einen besseren Umgang mit der Zeit erarbeiten.

Dauer: mindestens 3 Stunden

### Ziele

- Sensibilisierung für die Entstehung unseres Verständnisses von Zeit und dem daraus resultierenden Zeitverhalten.
- Schärfung einer differenzierten Perspektive auf die eigene zeitliche Situation
- Impulse für ein anderes Zeitverständnis und einen kompetenteren Umgang mit der Zeit