

Formate und Themen

Eine Übersicht

Timesandmore Formate

➤ Zeitvortrag zu Themen wie

- Die Zeiten ändern sich – wie sich unser Zeitverhalten geändert hat
- Ticken wir noch richtig?
- Alles hat seine Zeit nur ich hab´keine!
- Zeitkompetenzen für den Zeit-gemäßen Umgang heute
- Das Lob der Pause
- Zeit und Gesundheit – Zeit-Ressourcen kennen und pflegen
- Zeit und Nachhaltigkeit – der Zeit-gemäße Umgang unter Nachhaltigkeits-Gesichtspunkten

➤ Zeitberatung

- Zur Zeit: Praxisberatung für Führungskräfte
- Zeit der Organisation – Zeitkultur in Unternehmen

➤ Zeitkompetenz-Workshops

- Zeitkompetenzen im Team entwickeln
- Zeitkompetenzen für Führungskräfte – Führen unter Zeitdruck

Zeitberatung

Wir machen Zeitberatung! Aber wozu?

Wozu ist es eigentlich sinnvoll, sich Personen, Gruppen und Organisationen und deren Probleme von der zeitlichen Seite her zu nähern?

Reicht nicht normale Beratung aus?

Wann und wozu brauchen Personen, Gruppe, oder Organisationen Zeitberatung?

- Wenn sie keine Zeit für andere Formen der Beratung finden, dann ist das ein erstes Indiz dafür, dass Zeitberatung sinnvoll sein könnte ...
- Wenn Sie sich getrieben und gehetzt fühlen und das Gefühl nicht loswerden, ständig unter Zeitdruck zu leben und zu arbeiten, dann ist dies ein Ausgangspunkt, sich der Situation aus zeitlicher Sicht zu nähern ...
- Wenn in Teams und Organisationen das Thema Zeit viel Raum und Zeit einnimmt, für allerlei Begründungen und Entschuldigungen herhalten muss, dann ist es sinnvoll, den sich dahinter womöglich verbergenden Problemlagen zunächst von der zeitlichen Seite her anzunähern ...
- Wenn das Thema Zeit mehr Zeit in Anspruch nimmt als die eigentlichen Tätigkeiten beim Leben und Arbeiten, dann lohnt sich ein prüfender Blick auf dieses Thema ...
- Wenn Sie bereits alle Formen und Varianten von Zeitmanagement erfolglos ausprobiert haben, probieren Sie's doch mal mit Zeitberatung!

Führen unter Zeitdruck oder mehr Zeit für das Führen?

Zeitkompetenzen für Führungskräfte

Ein zweitägiges Seminar

Wie gute Führung theoretisch gelingt ist den meisten Führungskräften bekannt. Fragt man nach den Gründen für das Scheitern von Führung, dann steht oft an erster Stelle „keine Zeit“ „zu viel Tagesgeschäft!“

Gerade für Führungskräfte sind die Kompetenzen in der Koordination unterschiedlicher Zeiten die entscheidenden Basiskompetenzen. Grundlage gelingender Führung ist es, die notwendigen Zeiten für effektive Führung auch zur Verfügung stellen zu können. Dazu ist es notwendig, eine erhöhte Sensibilität für zeitliche Zusammenhänge, das komplexe Geflecht der Systemzeiten und vor allem den zeitlichen Konsequenzen von Entscheidungen zu haben.

Diese Sensibilität und weitere Kompetenzen im Umgang mit der eigenen zeitlichen Situation werden in diesem Seminar unter Führungs-Gesichtspunkten beleuchtet und optimiert.

Zielgruppe

Führungskräfte, die keine Zeit haben und daran etwas ändern möchte.

Ziele

Die TeilnehmerInnen

- analysieren ihre zeitliche Situation mit relevanten Einflussfaktoren, Ressourcen und Zeit-Kollisionen und den Auswirkungen auf ihr Führungsverhalten.
- Definieren den Zeitbedarf für Führungstätigkeiten und entwickeln Maßnahmen, um Zeiträume für Führung zukünftig zu etablieren.
- Analysieren die zeitlichen Auswirkungen von Entscheidungen und erhöhen ihre Sensibilität für zeitliche Wechselwirkungen von Sach- und Führungsaufgaben.
- Priorisieren ihre Sach- und Führungsaufgaben und entwickeln Maßstäbe für ein produktives Verhältnis in ihrer Führungssituation.
- Arbeiten an der Optimierung ihrer zeitlichen Situation und entwickeln konkrete Maßnahmen für die zukünftige Führungspraxis.

Zeit der Organisation – Zeitkulturen in Unternehmen

Workshop

Dauer: je nach Auftrag, mindestens einen halben Tag

Organisationen unterscheiden sich nicht nur durch ihre funktionale Ausdifferenzierung, ihre Verhaltens- und Kommunikationsmuster, sondern vor allem durch ihre jeweils spezifischen Zeitmuster und die eigene Zeitkultur. Die Zeitlichkeit der Organisation ist die entscheidende Rahmenbegebenheit, die Einfluss auf alle Bereiche der Organisation hat. Sie wirkt sich auf die jeweiligen Arbeitsaufgaben, den sozialen Zusammenhalt innerhalb der Organisation, die einzelnen Mitglieder der Organisation, Kunden, Zulieferer und Produkte aus.

Umso bedeutsamer ist es, Bewusstheit über die Zeitlichkeit einer Organisation zu erlangen, um Ressourcen zu erkennen und zu bewahren und hinderliche Zeitkonstellationen zu optimieren.

Im Zentrum dieses Workshops steht die Analyse der zeitlichen Situation der Organisation. Identifiziert werden zeitliche Einflussfaktoren – vor allem Vorgaben, Spielräume, Ressourcen und Problemfelder und deren Wirkung auf Individuen, Teams/Abteilungen und die Zeitkultur der Organisation. Auf Grundlage dieser Erkenntnisse werden angepasste Maßnahmen zur Optimierung der zeitlichen Situation erarbeitet.

Zielgruppe

Organisationsentwickler, Geschäftsführer, Inhaber, Prozessmanager, Führungskräfte, Verantwortliche die an der Entwicklung der Organisation arbeiten möchten.

Ziele

Die TeilnehmerInnen

- analysieren die zeitliche Situation der Organisation anhand des Timesandmore-Systemzeitmodells (Zeitkulturanalyse).
- analysieren zeitliche Vorgaben, Spielräume und Wechselwirkungs-zusammenhänge in der Organisation.
- identifizieren zeitliche Ressourcen und Problemfelder.
- erarbeiten Optimierungsstrategien und konkrete Maßnahmen zur Entwicklung der Organisation.

Zeitkompetenzen entwickeln - Praxisberatung für den Umgang mit Zeiten

Workshop

Dauer: 2 bis 4 Tage

Kompetenzen im Umgang mit Zeit sind heute entscheidend für produktives und zufriedenstellendes Zeithandeln und Zeit(er-)leben. Die moderne Arbeits- und Lebenswelt lässt einerseits große Entscheidungs- und Gestaltungsspielräume zu, stellt andererseits aber hohe Anforderungen an die Koordination unterschiedlicher Zeiten. Flexibilität, Vergleichzeitigung, Multioptionsvielfalt und Entgrenzung sind Entwicklungen, die einen erhöhten Aufwand für Zeitentscheidungen und -koordination zur Folge haben. Dabei entstehen zahlreiche Herausforderungen, die wir gerne "Zeitprobleme" nennen.

In diesem Seminar entwickeln Sie Ihre Zeitkompetenzen. Sie schärfen Ihre Sensibilität für das Thema Zeit und lernen Ihre zeitliche Situation u.a. mit Hilfe eines Systemzeitenmodells zu analysieren. Ziel ist es, konkrete, an Ihre Praxis angepasste Handlungsoptionen für Veränderungen zu entwickeln. Da Zeithandeln immer individuell und situationsbezogen ist, liegt der Schwerpunkt in diesem Seminar auf der Bearbeitung konkreter Fälle aus Ihrer Arbeits- und Lebens-Praxis. Angereichert wird das Fallarbeitskonzept durch Theorieimpulse zu zeitrelevanten Themen.

Zielgruppe

Personen, die Interesse an der Erforschung ihrer Zeitmuster und an maßgeschneiderten Handlungsoptionen für ihre zeitlichen Herausforderungen haben.

Ziele

Die TeilnehmerInnen

- analysieren die eigene zeitliche Situation anhand des Timesandmore-Systemzeitmodells.
- klären den eigenen Zeitverwendungstyp anhand der Timesandmore-Zeitverwendungstypologie.
- erhalten anhand eigener Fälle konkrete Handlungsimpulse zur Verbesserung des eigenen Zeitverhaltens.
- entwickeln angemessene und „zeitengemäßere“ Rhythmen und Zeitstrukturen.

Zeitkompetenzen im Team entwickeln

Ein zweitägiger Team-Workshop

„Zeit“ ist eines der am meisten verwendeten Substantive der deutschen Sprache. „Keine Zeit!“ eine Standarderfahrung und ein Standardsatz in den alltäglichen Gesprächen in Beruf, Familie und Freizeit. Viele erleben sich permanent im Zeitnotstand. Manchmal gehört es auch zum guten Ton. Keine Zeit zu haben, ist gelegentlich auch ein Statussymbol. Diejenigen, die Zeit haben, sind oft arbeitslos oder anderweitig misserfolgsverdächtig.

Zeitgeplagt machen wir dann oft „Zeitmanagement“ weil uns etwas fehlt und es fehlt uns umso mehr. Wir wollen die Zeit in den Griff bekommen, schneller werden, um noch mehr zu erledigen. Das verschärft den Zeitnotstand.

Hilfreich ist es unter diesen Bedingungen, Zeitkompetenzen zu entwickeln, die es ermöglichen, stimmig mit der eigenen Zeit umzugehen. Stimmig für sich selbst, für die Sozialbeziehungen, die jeweilige Aufgabe, die Organisation – und die Natur. Denn auch die hat ihre Zeit.

Der Workshop bietet die Gelegenheit, das eigene Zeitverhalten einzuschätzen, dazu Rückmeldungen aus dem Kollegenkreis zu erhalten – und auch den Umgang mit der Zeit im Team und der Organisation zu verstehen. Auf dieser Basis gibt es die Gelegenheit, für sich selbst und das Team konkrete Maßnahmen für einen „zeiten-gemäßen“ Umgang zu entwickeln.

Zielgruppe: Teams, Projektgruppen, Abteilungen

Ziele

- Die Teilnehmer haben sich in einem aktivierenden Workshopdesign mit Fragen des individuellen Zeitverhaltens und den Auswirkungen im Team beschäftigt.
- Sie haben ihr individuelles Zeitverhalten selbst eingeschätzt und dazu ausgewählte Feedbacks erhalten.
- Daraus haben sie für sich selbst und das Team hilfreiche Ableitungen für „zeitengemäße“ Kooperation und Zusammenarbeit entwickelt.

„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