

2-Tages-Seminar

„Dinge regeln ohne Stress“

Mit Activity-Flow-Management den Überblick über
Informations- und Aufgabenfluten bewahren

Unerbittlich hereinströmende E-Mails	=Überflutung mit Anforderungen
Widersprüchliche Verpflichtungen	=wiederholte Umpriorisierung
Dauernde Unterbrechungen	=verminderte Konzentration
Eng gesetzte Abgabetermine	=Arbeit unter Stress mit Fehleranfälligkeit
Hohe Komplexität der Aufgaben	=Projekte als unbezwingbarer „Berg“.

Haben Sie manchmal das Gefühl, Ihre Aufgaben und Fristen nicht mehr im Griff zu haben?
Oder umgekehrt: Wie oft haben Sie in den letzten zwei Wochen in einem Zustand entspannter und gleichzeitig schwungvoller Produktivität („im Flow“) gearbeitet?

Das Seminar zeigt Ihnen aufgrund eines Flow-orientierten Ansatzes, wie Sie und Ihr Team wieder die Kontrolle über Ihren Arbeitsalltag erlangen und etwas zurückgewinnen können, das Sie schon „für immer für verloren glaubten“ – das Gleichgewicht von Freude und Pflicht bei der Arbeit.

Philosophie des Activity-Flow-Managements:

- Menschen sind verschieden. Es gibt keine „einfachen ToDo-Rezepte“ - für jeden gleich.
- Nachhaltige Änderungen bedürfen der Abstimmung zwischen der/dem Einzelnen und dem Team. Der Einzelne bedarf der Unterstützung durch Teamregeln, z. B. über den Umgang mit Störungen.
- Unsere Vorstellung guten Arbeitens entspricht dem Bild eines Flusses: Die Aufgaben und deren Erledigung in einen Fluss zu bringen, in dem wir stehen und von dem wir sie an uns herantragen lassen.

Seminarziele:

- ⇒ Lernen, sich vor Ablenkungen zu schützen, Arbeitssackgassen zu vermeiden und sich auf die wirklich wichtigen Dinge zu konzentrieren

- ⇒ Die eigene Produktivität entwickeln durch die Anwendung von Techniken, die auf den Forschungen von David Allen („Getting Things Done“) beruhen und um teamorientierte Prozesse erweitert wurden
- ⇒ Einen Teamrahmen setzen, der die/den Einzelnen in seinem produktiven Flow optimal unterstützt
- ⇒ Methoden der Zeitplanung im Team vermitteln
- ⇒ Einen Überblick über Software-Tools erhalten, um Ihr Activity-Flow-Management optimal zu unterstützen

Inhalte:

- Ist-Analyse: Stress-Faktoren, die unsere Produktivität behindern
- Zu einem guten Zeitmanager werden: 5 Erfolgskriterien
- Trotz externer Störungen den produktiven Fluss herstellen
- Das Wissensarchiv und die Ideenliste
- Die Methode der „nächsten physischen Aktion“
- Ergebnisse der Neurobiologie: Die emotionale Färbung von Aufgaben.
- Wie priorisiere ich Aktivitäten?
- Die „Liste laufender Vorgänge“
- Activity-Flow-Management im Team
- Software-Unterstützung: Outlook, Excel oder Datenbank?

Zielgruppe:

Geschäftsführer, Führungskräfte, Bereichsleiter, Manager, Projektleiter, Selbständige.
Schlicht alle Personen mit Führungsaufgaben, die einen hohen Termindruck haben.

Voraussetzungen: keine

Termin: Donnerstag 14.06.2012 und Freitag 15.06.2012

Dauer: 2 Tage jeweils von 9:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Stuttgart – genaue Angaben bitte bei balanceX GmbH erfragen

Teilnahme-Gebühr: 480 EUR (BooND-MitgliederInnen erhalten 10 % Ermäßigung.)

Anmeldefrist: 29.05.2012 – Anmeldungen nach diesem Termin bitte direkt mit Frau Schleith abklären.

Anmeldung bei balanceX GmbH, Kaiserstraße 209, 76133 Karlsruhe

Ansprechpartnerin: Ingrid Schleith Tel: 0172 7998349 oder info1@balanceX.de

Anmeldung per E-Mail an: info1@balanceX.de ,

per Fax an: 0721 57034-67

oder auf dem üblichen Postweg

Bitte ausschließlich schriftlich anmelden!

Gruppengröße:

Die optimale Gruppengröße liegt bei acht bis zehn Teilnehmern. Die Maximalgröße beträgt 12 Teilnehmer.

Referent

Wolf Steinbrecher - Autor des Buchs „Prozessorientierte Ablage. Dokumentenmanagementprojekte zum Erfolg führen“ (Gabler-Verlag, 2. Auflage 2009) und Geschäftsführer der balanceX GmbH

Anmeldung bei balanceX GmbH, Kaiserstraße 209, 76133 Karlsruhe
Ansprechpartnerin: Ingrid Schleith Tel: 0172 7998349 oder info1@balanceX.de
Anmeldung per E-Mail an: info1@balanceX.de,
per Fax an: 0721 57034-67
oder auf dem üblichen Postweg
Bitte ausschließlich schriftlich anmelden!

**Anmeldung zum 2-Tagesseminar 14.-15. Juni 2012:
„Dinge regeln ohne Stress – Activity-Flow-Management“**

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

Nachname, Vorname:

Telefon-Nr.:

E-Mail:

O Per E-Mail an info1@balanceX.de

O Per Fax an: 0721 57034-64

O Per Post an: balanceX GmbH, Kaiserstraße 209, 76133 Karlsruhe

Bitte stellen Sie die Teilnahme-Gebühren an folgende Anschrift aus

Nachname, Vorname:

Firmenname:

Straße, Nr

PLZ, Ort

Ort, Datum, Unterschrift:

O Mit meiner Unterschrift bestätige ich, dass ich Mitglied bei BooND e.V. bin.