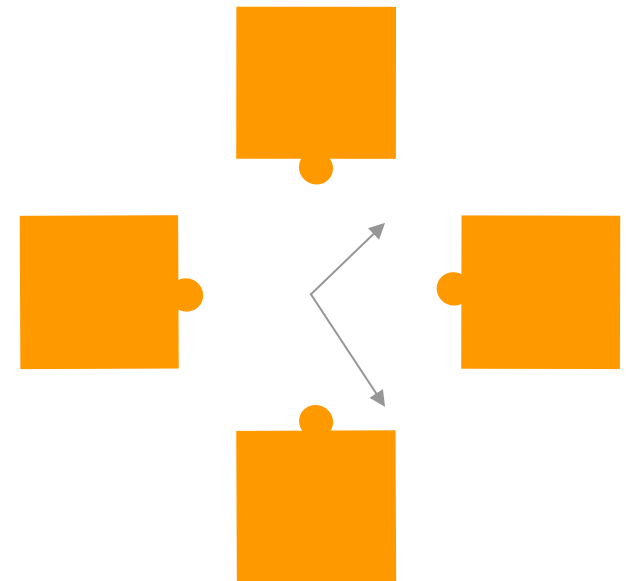


Wie kriege ich alles unter einen Hut?

Erfolgreich und gelassen in Beruf und Familie?

Dittmar & Lange

Personalentwicklung



- Ihr Alltag - Viele Hüte -

Familie

Freizeit

???

Verpflichtungen

Aufgaben

Freiheit der Entscheidung

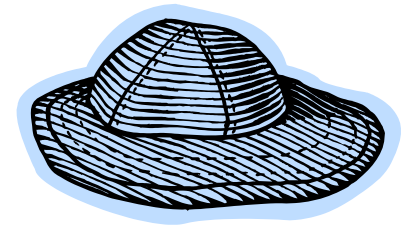
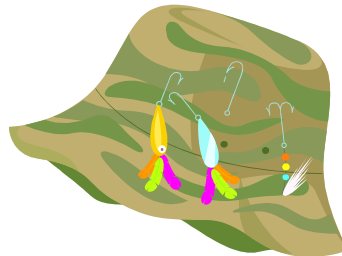
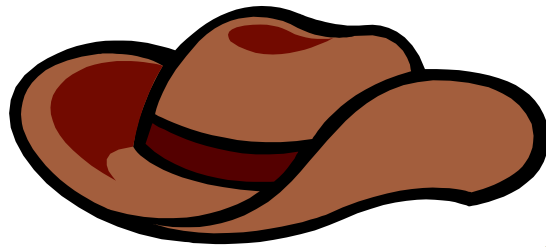
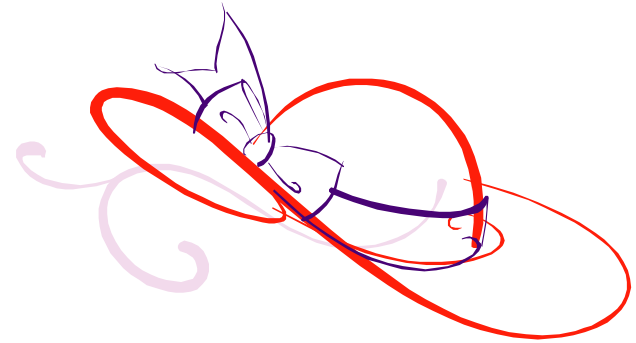
Haus und Hof

Beruf

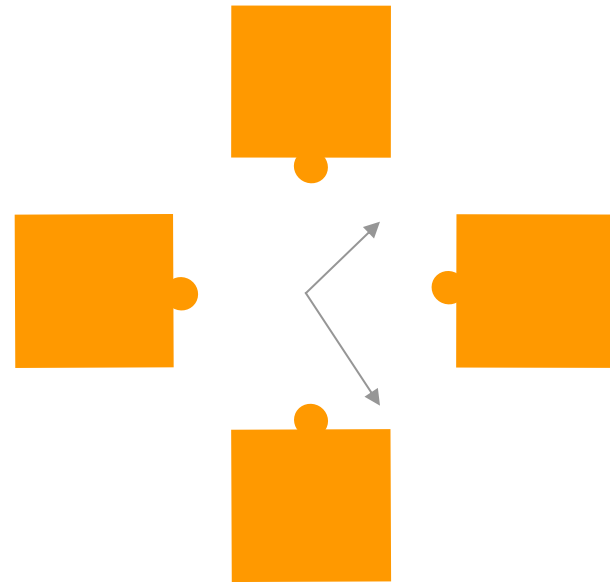
Eigene Optimierung

Termine

Wie viele Hüte kann man aufsetzen?

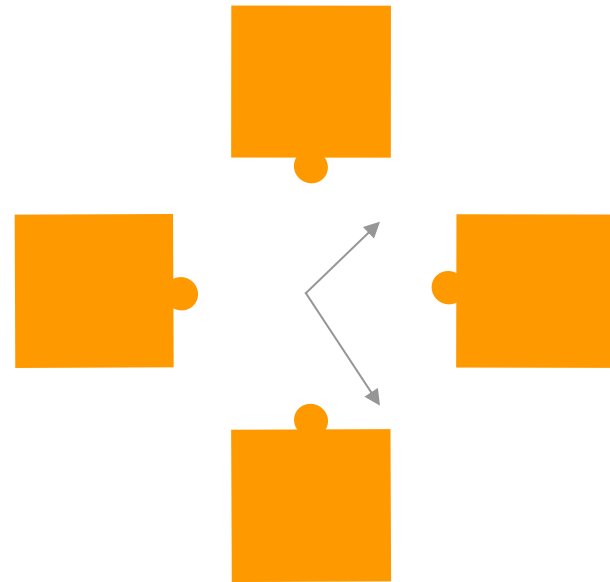


Wer unendlich Zeit (oder Köpfe) hat, braucht keine Prioritäten zu setzen!



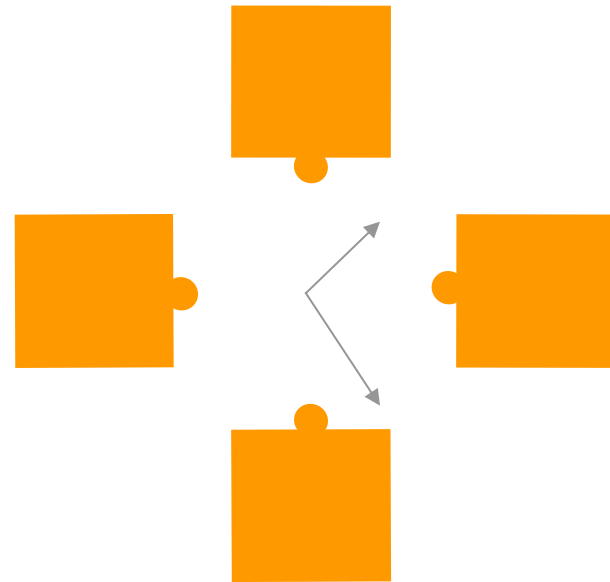
Lothar Seiwert

Gemessen wird man an den
BigPoints!



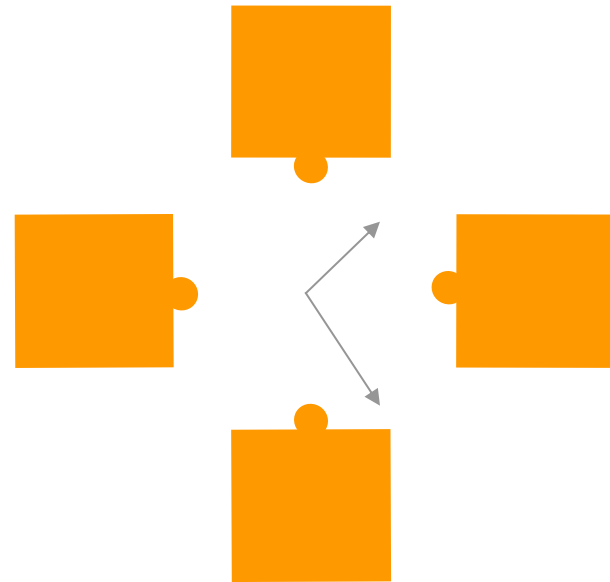
Lothar Seiwert

Die meisten Dinge sind nicht wichtig, nur dringlich gemacht!



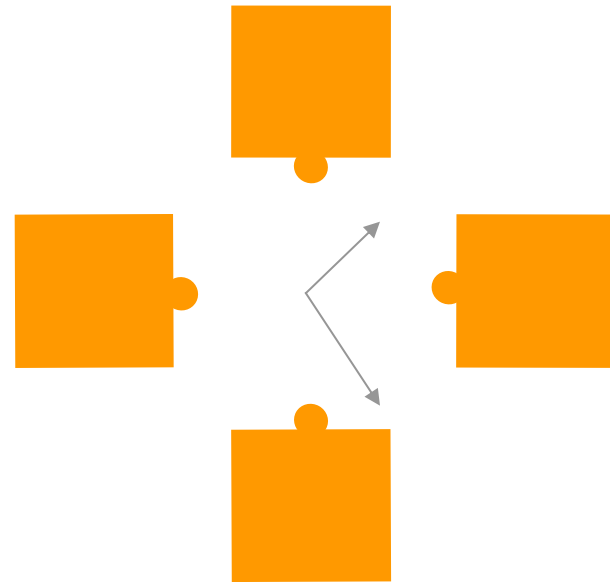
Dwight Eisenhower

Eine Aufgabe dauert so lange, wie
ich Zeit für sie habe!



Vilfredo Pareto

Man kann nicht nicht
entscheiden!



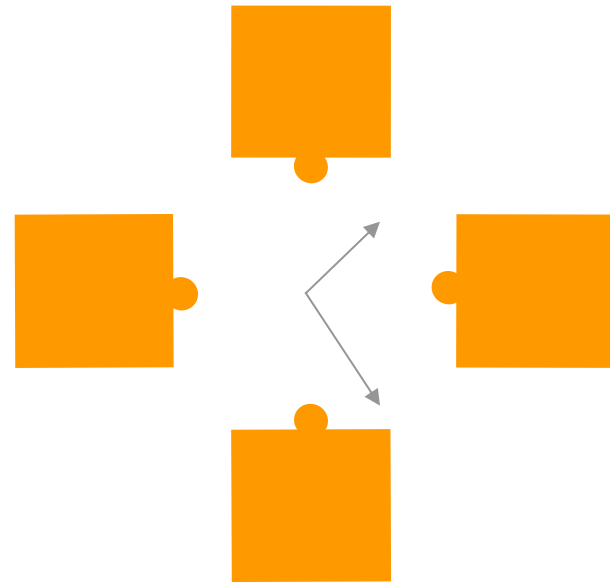
Lothar Seiwert

Die Menschen, die etwas von heute auf morgen verschieben, sind dieselben, die es bereits von gestern auf heute verschoben haben!

Sir Peter Ustinow

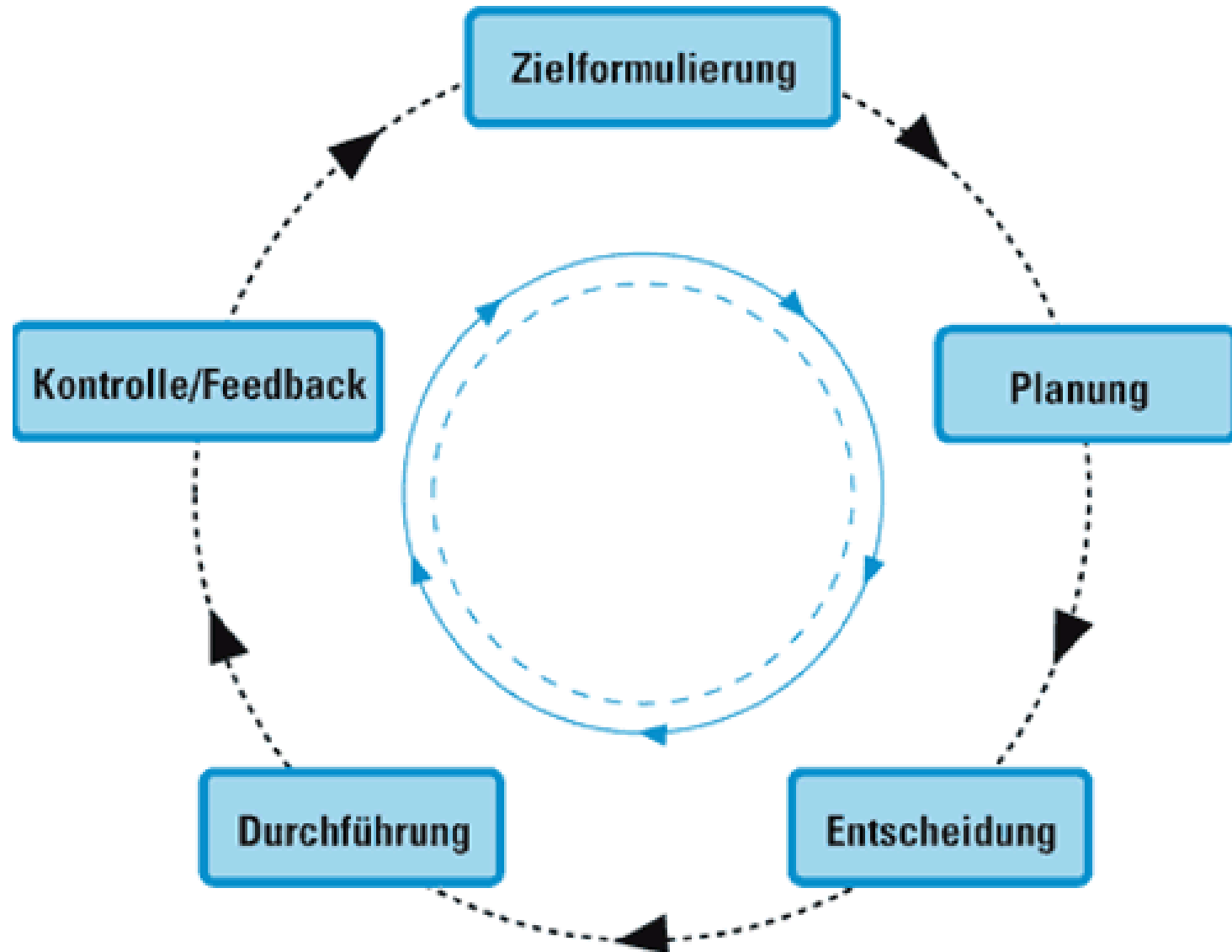
Gutes Alltagsmanagement heißt,
...

zufrieden zu sein!



Lothar Seiwert

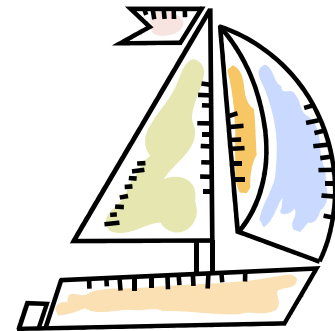
Management-Regelkreislauf



Zielformulierung

„Wer den Hafen nicht kennt, in den er segeln möchte, für den ist kein Wind der Richtige.“

Seneca, röm. Philosoph



ZIELE sind smart

...**S spezifisch** (Was wollen Sie genau?)

...**M messbar** (Wie kann ich die Zielerreichung messen?)

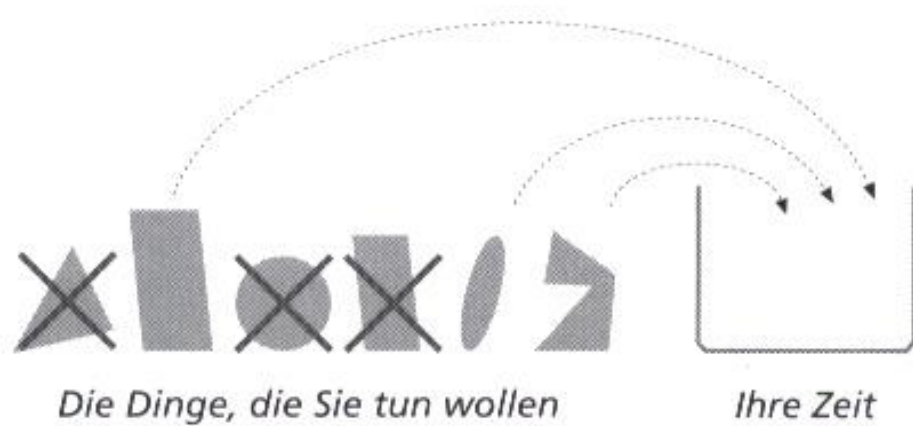
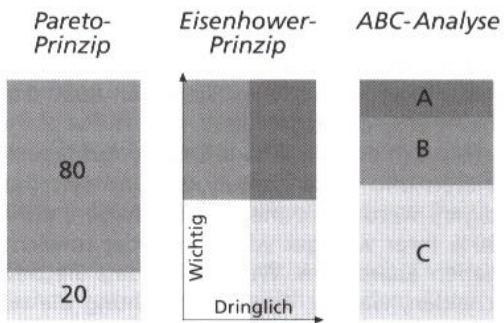
...**A attraktiv** (Fordert das Ziel Sie auch heraus?)

...**R realistisch** bleiben (Können Sie selber das Ziel erreichen?)

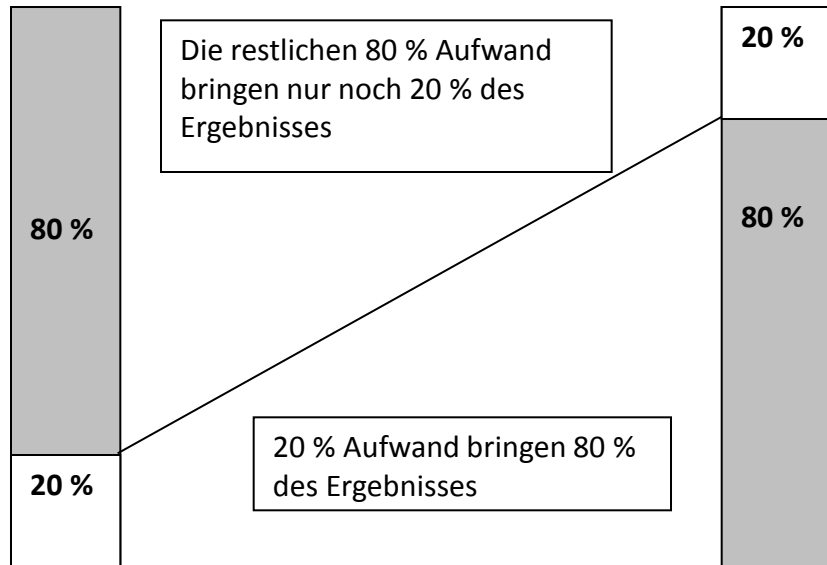
...**T terminiert** (Wann bzw. bis wann werden Sie das Ziel erreicht haben?)

Prioritäten setzen

Prioritäten setzen heißt, sich bewusst **für etwas** und damit auch **gegen etwas** zu entscheiden und dabei nach dem Wesentlichen zu fragen.



Arbeitsweise überprüfen



Das Pareto-Prinzip

(Vilfredo Pareto, ital. Volkswirtschaftler 1848–1923)

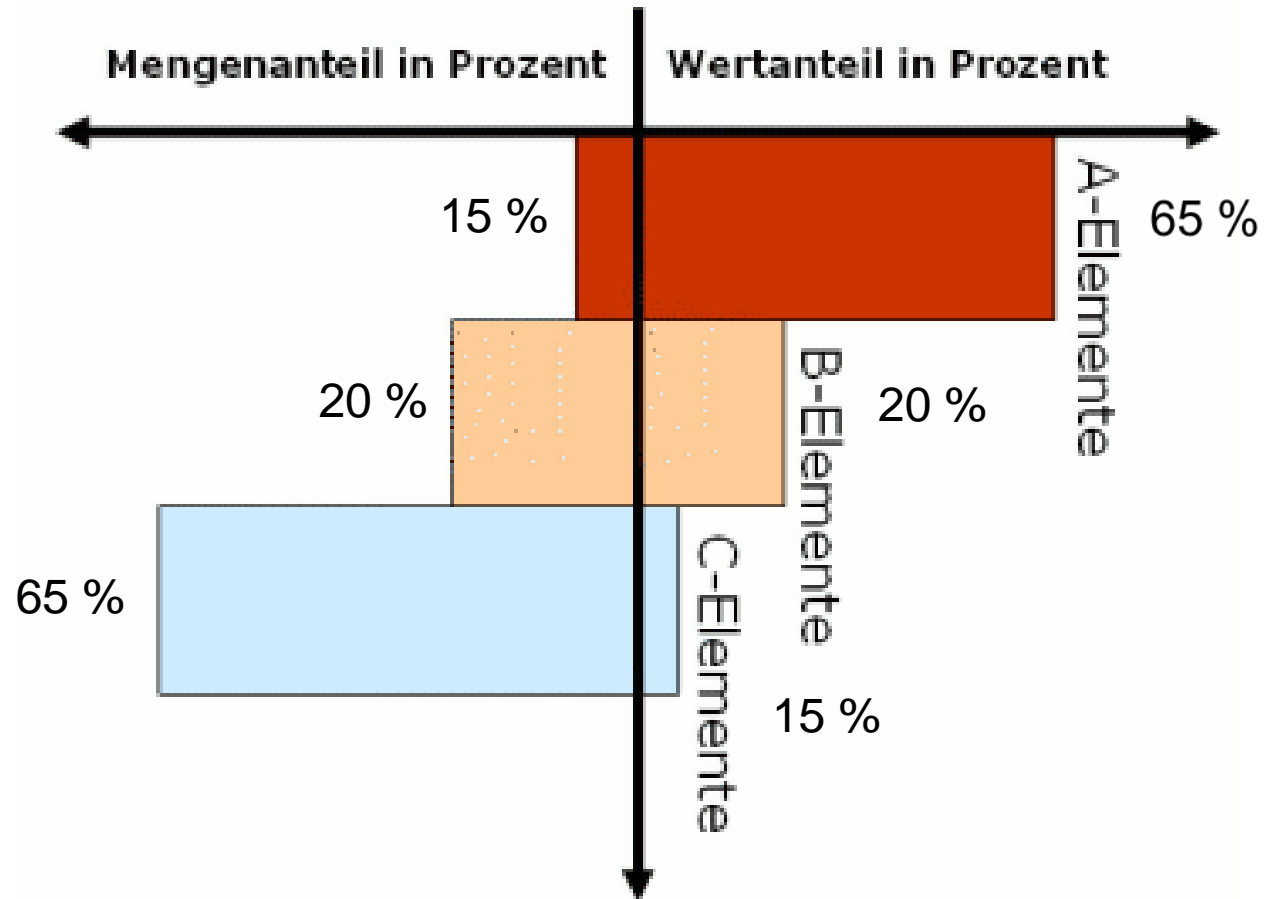
Arbeitsweise überprüfen

- Dringlichkeit + Wichtigkeit ⇒ terminieren, planen	2	+ Dringlichkeit + Wichtigkeit ⇒ sofort erledigen	4
- Dringlichkeit - Wichtigkeit ⇒ Papierkorb	1	+ Dringlichkeit - Wichtigkeit ⇒ reduzieren, delegieren	3

Das Eisenhower-Prinzip

(Dwight Eisenhower, USA-General 1890–1969)

Die ABC-Analyse



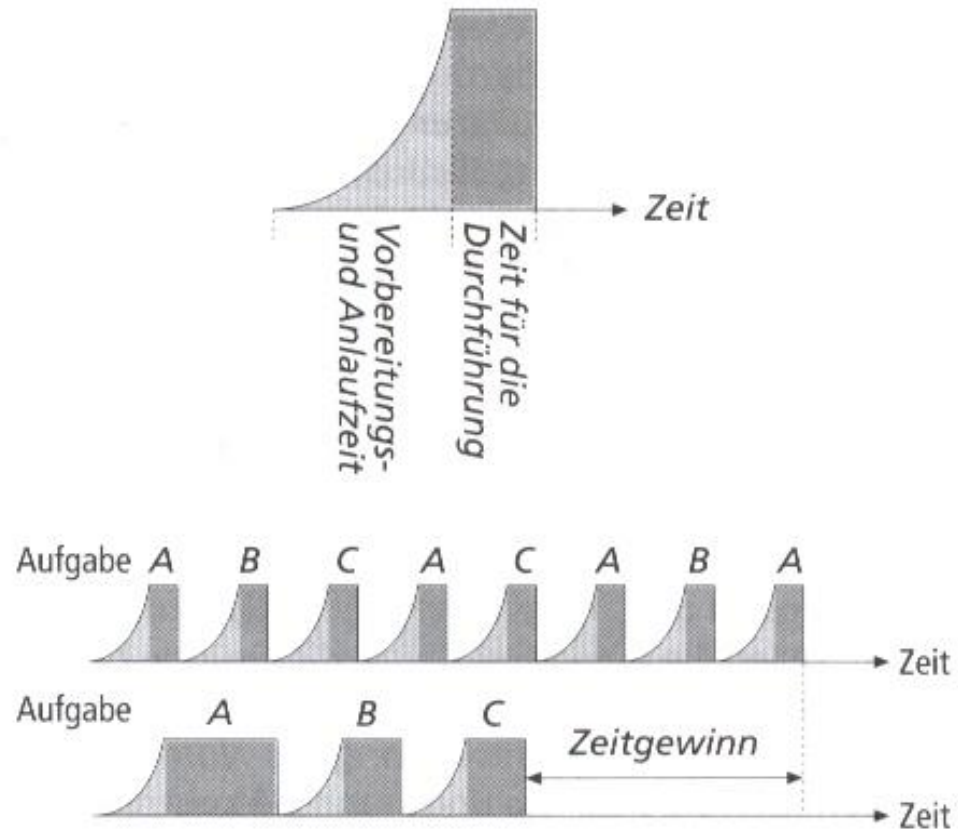
| Struktur nutzen und neu planen



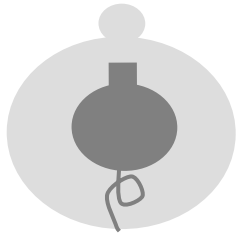
- Arbeiten Sie stets schriftlich
- Planen Sie Kleinsteinheiten zu festen Terminen
- Planen Sie am Abend den kommenden Tag und legen Sie sich alles dafür zurecht
- Planen Sie 40% Puffer ein
- Fixieren Sie Anfangs- und Endtermine
- Fassen Sie Tätigkeiten zu Blöcken zusammen
- Abwechslung und Wechsel mit einplanen



"Sägeblatt"-Effekt - Bis zu 28% Leistungsverlust



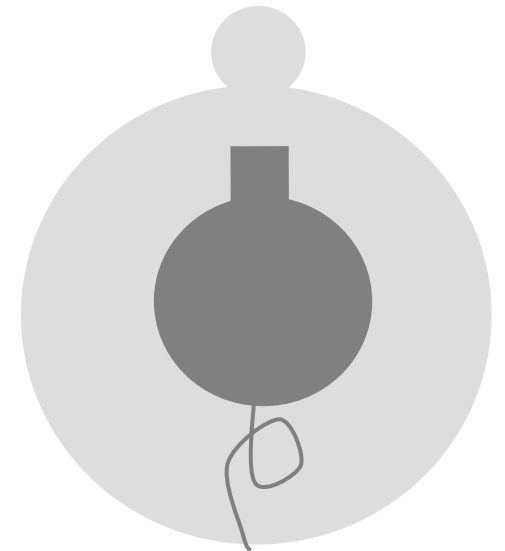
| Der innere Schweinehund |



Der innere Schweinehund

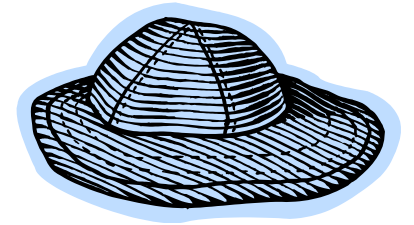
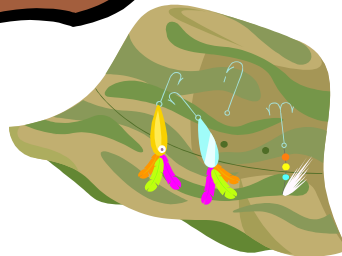
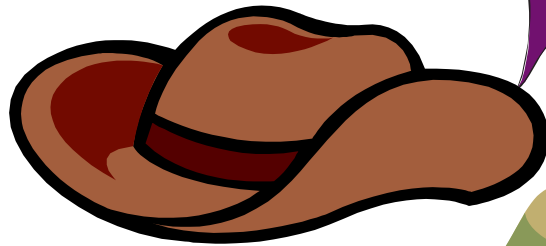
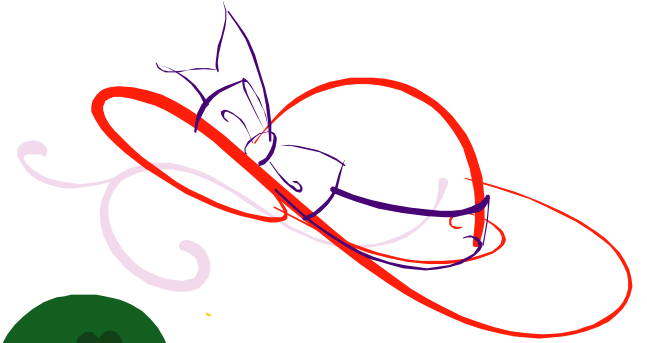
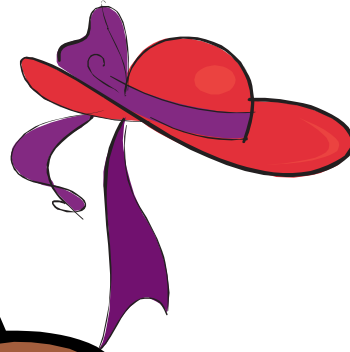
=

Behüter des Status Quo



Die innere Akzeptanz eines veränderten
Status Quo erfolgt nach **4 bis 6 Wochen**

Wie viele Hüte kann man aufsetzen?

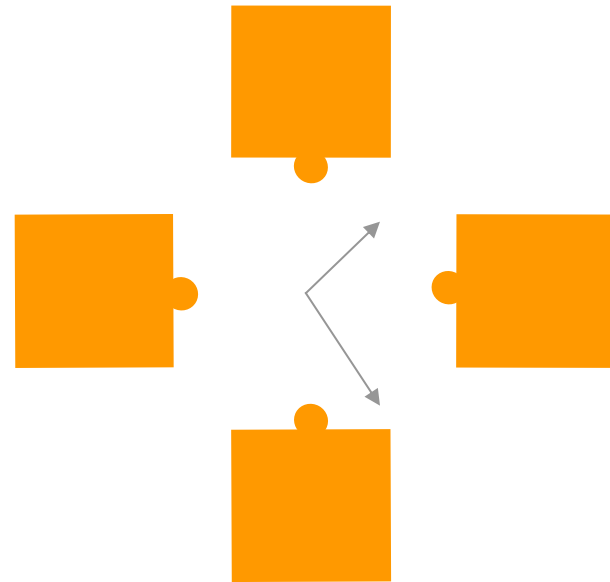


-Unendlich viele – aber immer nur
einen zur gleichen Zeit!



Wer will findet Wege.

Wer nicht will,
findet Gründe.



Unbekannt