Aufgaben delegieren wird in Seminaren gelehrt

Wer nie Zeit hat, muss richtige Planung lernen

In Zeitmanagement-Seminaren *sollen gestresste Manager lernen, wie sie ihre Zeit richtig einteilen. Der wichtigste Schritt zu weniger Stress: Prioriäten setzen.*

Wien. Ein Fall von vielen: Herr P., Manager eines grossen Konzerns, hetzt von einer Besprechung zur nächsten. Mit sei-

Von
ANNI BÜRKL
a.buerkl@wirtschaftsblatt.at

nem vollen Terminkalender fühlt er sich „wichtig" und alle möglichen Aufgaben werden ihm unter dem Aspekt „dringlich" übertragen, ohne dass er je abgelehnt hat. Ständig erklärt er: „Ich habe keine Zeit!" Auch das Privatleben leidet darunter. Erst als Herr P. einen arabischen Geschäftspartner trifft, der mit seiner Zeit viel lockerer umzugehen scheint, fängt er an, über seinen falschen Umgang mit der Zeit nachzudenken.

„Den Leidensdruck vor dem Burn-Out zu erkennen – das ist schon ein wichtiger Schritt", erklärt Franz J. Schweifer von Schweifer & Partner. „Nun muss man sich aber auch Zeit für Lösungen nehmen", ergänzt Doris Fedra von Key Mind.

In Seminaren sollen Gestresste lernen, wie sie ihre Zeit besser einteilen. Die Methoden:

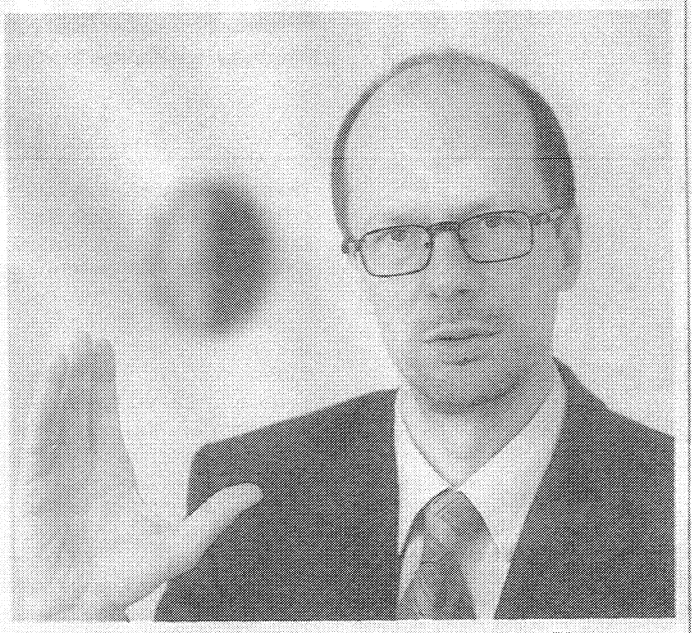
- Prioritäten setzen (was ist wirklich am wichtigsten?).
- Zeit-Kontroll-Listen führen.
- Nein sagen können – auch bei (angeblich dringenden) Aufgaben.
- Niemals mehr als 60 Prozent des Tages verplanen, sondern zwischen fixen Terminen Lücken für Unvorhergesehenes lassen.

Das alles hört sich im Seminar zwar sehr gut an, in der Praxis scheitern aber viele: Die Zeit-Listen werden nicht konsequent geführt, der Zeitbedarf von Terminen wird nicht richtig eingeschätzt und seinem Team traut man erst recht vieles nicht zu.

Genau deshalb sei die Seminar-Atmosphäre so wichtig, betont Franz J. Schweifer: „Dort werden blinde Flecken in der Selbstwahrnehmung gnadenlos aufgedeckt." Dabei stehe die Frage im Mittelpunkt: Was ist mir wichtig? Dann könne man auch lernen, sich auch auf das Wichtigste zu beschränken.

Infos: Nächste „Entschleunigungs-Workshops" bei Schweifer & Partner: 11./12. Juli sowie 12./13. Dezember; Internet: www.schweifer-partner.at.

Pernoiko



Franz Schweifer lehrt in seinen Seminare die richtige Planung des Tagesablaufs: „Den Leidensdruck rechtzeitig erkennen"

Mai 2003