

## Ziel- und Zeitmanagement

### (M)ein guter Umgang mit einer knappen Ressource

Der effiziente Umgang mit (Arbeits-)Zeit ist nicht nur im Sinne einer erfolgreichen Work-Life-Balance wichtig. In einer zukünftigen Führungsposition sind Sie ebenso Vorbild, was die Gestaltung und Organisation Ihres Bereiches angeht.

#### Ziele:

- Ideen entwickeln, wie ein individuelles Ziel- und Zeitmanagement aussehen kann;
- Ideen entwickeln, was realistisch im eigenen Kontext umsetzbar ist.

#### Inhalte:

- Ermittlung des eigenen Zeittyps – wie wirkt sich das auf den Arbeitskontext aus?
- Umgang mit individuellen und strukturellen Herausforderungen (zum Beispiel Mail-Flut, Arbeitsvolumen, By the way-Gespräche);
- Zeitdiebe identifizieren und verringern;
- Umgang mit internen und externen Aufträgen (Glaubenssätze, unausgesprochene Erwartungen) sowie
- effiziente Planung und Zielsetzung (Methoden, Selbstorganisation).

Bitte bringen Sie die Bereitschaft für Übungssimulationen und Themen aus Ihrem Arbeitsbereich mit.

Dieses Seminar ist Teil der flexiblen und modular aufgebauten Seminarreihe „In Führung sein“, die systemisch, ressourcenorientiert und praxisnah ausgerichtet ist. Die Module richten sich insbesondere an Führungskräfte der unteren und mittleren Führungsebene, Team-, Gruppen- und Stationsleitungen, angehende Führungskräfte sowie an Führungsaufgaben interessierte Mitarbeitende und Projektleitungen.

Durch den Besuch von insgesamt zehn Seminartagen Ihrer Wahl (80 UE) erwerben Sie auf dem CARITASCAMPUS das Zertifikat der Seminarreihe „In Führung sein“.

#### Nummer

23925-019

#### Datum

06.05.2025

#### Zeit

09:00 - 17:00 Uhr

#### Ort

CaritasCampus  
Prälat-Boskamp-Saal (Untergeschoss)  
Georgstraße 18  
50676 Köln

#### Zielgruppen

Gruppenleitungen Leitungskräfte

#### Referent/in

##### Thorsten Isack

Lehrender Systemischer Familientherapeut  
Supervisor  
Trainer in Profit- und Nonprofitorganisation

#### Teilnehmende (max.)

12

#### Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

205.00 €

#### Normaler Preis für Externe

240.00 €

#### Bildungspunkte (ECTS)

0.60

#### Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

#### Verpflegung

Getränke und Mittagessen

#### Unterrichtsstunden

8