

Vorsicht: Langfinger! Wie Sie Zeitdiebe bekämpfen



Wir wissen es alle, Zeit ist nicht immer gleich lang. 30 Sekunden können wie eine Ewigkeit erscheinen, wenn sie schweigend verbracht werden. Wenn man allerdings ein spannendes Fußballspiel bei der Weltmeisterschaft ansieht, dann vergehen 30 Sekunden wie im Flug. Die gleiche Zeitspanne erscheint uns einmal kürzer und einmal länger zu sein.

Zeit ist Leben, das kontinuierlich und unwiderruflich verrinnt. Wir alle haben im Grunde genug Zeit zur Verfügung, um unser Leben zu meistern, eine Woche hat schließlich 168 Stunden. Doch Zeitdiebe können uns wertvolle Zeit stehlen. Deshalb ist es wichtig, diese rechtzeitig zu erkennen und mit Konsequenz entgegenzusteuern.

Zeitdiebe sind alle Einflüsse von außen, die uns die Zeit rauben. Die „Top 3“ im Geschäftsleben sind:

- 1. Telefon:** Lassen Sie nicht andere Menschen entscheiden, wann sie mit Ihnen sprechen wollen. Lassen Sie Ihre Sekretärin die Nachricht aufnehmen und rufen Sie dann zurück, wenn es sich in Ihren Zeitplan einbinden lässt. Handys kann man ausschalten.
- 2. E-Mails:** Gehen Sie öfter offline. So vermeiden Sie, dass Sie ständig in Ihrer Arbeit unterbrochen werden. Rufen Sie Ihre E-Mails zwei- bis dreimal am Tag zu einem von Ihnen definierten Zeitpunkt ab.
- 3. Besprechungen:** Oft sind sie zu lange, zu unorganisiert und zu wenig ergebnisorientiert. Legen Sie immer einen Verantwortlichen für ein Meeting fest. Stellen Sie sicher, dass dieser sich im Vorfeld um eine Agenda kümmert, an der man sich orientieren kann. Wichtig ist ebenfalls, das Meeting zeitlich zu begrenzen. Fordern Sie klare Vorgaben, die auch eingehalten werden.

Neben diesen drei „Büro-Klassikern“ gibt es noch weitere Zeitdiebe: Unangemeldete Besuche, abgesagte Termine, schlechte Kommunikation und Information und Computerprobleme, bzw. schlechter Umgang mit der Technik – all dies sind Zeitdiebe, die sich bekämpfen lassen. Der Stau auf dem Weg zu Arbeit ist dagegen ein meist unvermeidbarer Zeitdieb.

Zeitmanagement ist Selbstmanagement. Wenn Zeit nicht wirklich sinnvoll genutzt wird, ist dies durch gewisse Alarmsignale erkennbar. Bei Überstunden, wenig Freizeit und ständigem Zeitdruck werden sich Unzufriedenheit, höhere Fehlerquoten und geringere Ergebnisse bemerkbar machen. Man reagiert nur noch - ans Agieren ist nicht mehr zu denken. Durch effektives Zeitmanagement kann man es schaffen, die eigene Zeit und Arbeit zu beherrschen. Der erste Schritt dazu ist eine **Analyse der Situation**.

Können Zeitdiebe minimiert werden, ergeben sich folgende Resultate:

- Mehr Freiraum für Kreativität
- Stressabbau
- Mehr Übersicht
- Mehr Freizeit
- Konsequente und systematische Zielerreichung

Wer sind meine Zeitdiebe? In welche Zeitfallen tapse ich gerne? Wo kann ich effizienter werden? Ist das Problem einmal erkannt, können Schritt für Schritt **Veränderungsprozesse** eingeleitet werden, um alte, unproduktive Gewohnheiten abzulegen und neue Gewohnheiten anzunehmen. Hier gilt dann die Devise: „Jeden Tag ein Stückchen besser.“

Alles zum Thema Zeitfallen und Zeitdiebe, sowie zahlreiche Techniken und Tipps zum effizienten Selbstmanagement erfahren Sie im **BEITRAINING**® Seminar **Prioritäten Organisation Planung**® (POP) – Effektive Eigenorganisation.

Zitat des Monats:

„Ist die Zeit das Kostbarste unter allem, so ist Zeitverschwendung die allergrößte Verschwendung.“

(Benjamin Franklin)

...„Ihr Konzept erleichtert uns...die Arbeit sehr, und ist noch effektiver, da jeder Mitarbeiter das für ihn zum passenden Zeitpunkt richtige Seminar finden kann...“

(Beate Schulz, Optiker Schulz) [mehr](#)

Termine:

[ESW- Unternehmerworkshop:](#)

16. Aug. / 01. u. 17. Sept. 2010
jew. 18.00 – 21.00 Uhr

[CFS - Kundenorientierte Dienstleistung](#)

06./13. August 2010

[BYB – Strat. Unternehmensplanung](#)

10.-11. / 17.-18. / 24.-25. Aug. 2010

[QSS – Professionell und fair verkaufen](#)

19.-20./26.-27. Aug. u. 03. Sept. 2010

[LYT – Erfolgreiche Mitarbeiterführung](#)

15.-16. / 22. / 28. Sept. / 26. Okt. / 23. Nov. / 14. Dez. 2010

[POP – Effektive Eigenorganisation](#)

21. Sept. / 05. Okt. / 02. Nov. 2010

[SPS – Prof. Dienstleistungsverkauf - 1](#)

30. Sept. / 07. Okt. 2010

[Netzwerk LE](#) - siehe [Seite 2](#)

Wir wünschen allen unseren Kunden und Interessenten angenehme und erholsame Ferientage.

Ihr Team von
BEITRAINING Stuttgart Region Süd



BEITRAINING
BUSINESS EDUCATION INTERNATIONAL
STUTTGART REGION SÜD

Karin Ockert-Höfler
Löffelstraße 40
70597 Stuttgart
Tel: 0711-7224 65 48
Fax: 0711-7224 65 49



stuttgartregionsued@bei-training.de
<http://www.bei-germany.com/beistuttgartregionsued/>



wünscht allen Netzwerkfreunden schöne Sommerferien!

Und natürlich für alle, die hier im Ländle bleiben, schöne und erfolgreiche Sommertage!



Aber: bevor wir Sie in die Sommerpause entlassen, sollten Sie sich **unbedingt** zwei Termine schon fest in Ihren Kalender eintragen:

Mittwoch, den 22. September, 18.00 Uhr

Netzwerken vor Ort bei Maier's Schwäbische Traumfabrik in Echterdingen

Aktuelles über die Traumfabrik finden Sie hier: <http://www.traum-fabrik.de/>

Donnerstag, den 04. November, 18.00 Uhr

Netzwerken vor Ort bei Speick Naturkosmetik in Leinfelden

Aktuelles über Speick Naturkosmetik finden Sie hier: <http://www.speick.de/>

Mehr Informationen und Möglichkeiten zur Anmeldung erhalten Sie rechtzeitig ca. 4 Wochen vor der Veranstaltung.

Freuen Sie sich auf diese ganz besonderen Termine und nutzen Sie die Chance, zwei erfolgreiche Unternehmen näher kennen zu lernen.

Genügend Zeit zum Netzwerken bleibt natürlich auch!

Hier im Vorfeld schon ein herzliches Dankeschön an die Gastgeber!

Mit sommerlichen Grüßen

BEITRAINING® STUTTGART REGION SÜD

Karin Ockert-Höfler

Übrigens: Sie kennen jemand, den dieses Thema auch interessiert? Dann bringen Sie diese Person einfach mit oder leiten Sie die Ankündigung weiter.

BEITRAINING® STUTTGART REGION SÜD

Karin Ockert-Höfler
Inhaberin

stuttgartregionsued@bei-training.de
<http://www.bei-germany.com/beistuttgartregsued>

Löffelstraße 40
70597 Stuttgart, Germany
Tel: +49-(0) 711 7224 65 47
Fax: +49-(0) 711 7224 65 49

Ust.IdNr. DE256638417

Bankverbindung:
Stuttgarter Volksbank
Kto.-Nr.: 263050009
BLZ: 600 901 00
IBAN: DE60600901000263050009
BIC: VOBADESS