

VKU-Web-Seminar / 11.07.2025 / 09:00 - 12:30 Uhr

Zeit- und Selbstmanagement kompakt

Praxistipps für mehr Struktur, Fokus und zielgerichtetes Arbeiten

PROGRAMM

- › **09:00** **Herzlich Willkommen**
Begrüßung
Ina Jachmann, Geschäftsführerin, TrainerSocietät Berlin
Technische Einführung in das Web-Seminar-Tool
VKU Akademie
Ausblick auf die Themen des VKU-Web-Seminars
Ina Jachmann, Geschäftsführerin, TrainerSocietät Berlin
-
- › **09:10** **Die Zeit im Griff: Einstieg ins Zeitmanagement**
• Woran ich merke, dass mein Zeitmanagement nicht funktioniert
• Erste, einfache Tipps
-
- › **09:40** **Welcher Persönlichkeitstyp bin ich - und wie gehe ich mit Zeit um?**
• Einführung in die vier Dimensionen nach dem Myers-Briggs-Typenindikator (MBTI)
• Selbsteinschätzung
• Gruppenauswertung: Welche Typen sind im Seminar vertreten?
• Ableitung: Welche Zeitmanagement-Strategien passen zu meinem Typ?
-
- › **10:30** **Pause**
-
- › **10:45** **Die richtigen Prioritäten setzen: Vier praxiserprobte Methoden im Überblick**
• ABC-Analyse
• Pareto-Prinzip
• Eisenhower-Matrix
• ALPEN-Methode
-
- › **11:25** **Anwendungsübung und Reflexion**
• Anwendung der Methoden auf den eigenen Alltag
• Reflexion: Welche Methode fühlt sich praktikabel an? Wo gibt es noch Hürden?
-
- › **12:05** **Zeit für Ihre offenen Fragen und Abschluss**
-
- › **12:20** **Ende des VKU-Web-Seminars**
-

Viel Erfolg bei der Teilnahme der Veranstaltung!

Bitte beachten Sie: Das Programm wird fortlaufend online aktualisiert. Ihr Programm-Ausdruck ist vom 11.04.2026. Die aktuellen Informationen zum Programm finden Sie hier:

<https://www.kommunaldigital.de/online-event/zeit-und-selbstmanagement-kompakt-0>.