



## Zeit- und Selbstmanagement für die Lehre

### Zielgruppen:

- Lehrende
- Lehrbeauftragte

### Sprachen:

- Deutsch
- Englisch

### Mögliche Formate:

- "Geflippter Workshop", ein-tägig
- Kurzworkshop

### Darum geht es:

Lehrende haben viele Aufgaben: die Gestaltung und Planung der eigenen Forschung und Lehre, Mitarbeit in Gremien, Betreuung von Studierenden, die Pflege von Kontakten zu Fachkolleg\*innen usw.

Zeitmanagement und Selbstorganisation zählen deshalb zu wichtigen Arbeitstechniken, um alle anfallenden Aufgaben erfolgreich zu bewältigen.

Neben den Tätigkeiten im akademischen Umfeld (Forschung, Gremienarbeit usw.) geht es auch darum, eine in allen Bereichen zufriedenstellende Lebensführung zu ermöglichen (work-life-balance).

Nach dem Workshop verfügen die Teilnehmenden über ein alltagstaugliches Repertoire an möglichen Zeit- und Tätigkeitsmanagement-Methoden und sind in der Lage, im Einzelfall zu entscheiden, welche Methode für welche Situation passend ist.

Im Workshop

- analysieren die Teilnehmenden ihren Umgang mit Zeit- und Planungsaufgaben, um daraus Handlungsoptionen abzuleiten
- erhalten sie Methoden zum Zeit-, Aufgaben- und Selbstmanagement und zum Projektmanagement für Lehraufgaben
- erarbeiten sie Strategien für den Transfer des Gelernten in den Arbeitsalltag

### Weitere Informationen:

Auf Wunsch kann der Workshop als Kurzformat auch für Tutor\*innen konzipiert werden.