



Zeitmanagement und Planungskompetenzen für wissenschaftsunterstützende Mitarbeitende

Zielgruppen:

- Mitarbeitende aus wissenschaftsunterstützenden Bereichen
- wissenschaftliche Mitarbeitende

Sprachen:

- Deutsch
- Englisch

Mögliche Formate:

- "Geflippter Workshop", eintägig
- Blended learning "solo"

Darum geht es:

Mitarbeitende im Hochschulkontext sind oft in Arbeitsstrukturen mit unklarer Hierarchie eingebunden, da sie für Projektgruppen oder ganze Arbeitsbereiche tätig sind und nicht nur einer einzigen Person zuarbeiten. Nicht jede Aufgabe in diesem Kontext ist gleich wichtig – doch es fällt oft schwer, die Aufgaben im Arbeitsalltag richtig zu priorisieren.

Durch die ständige Verfügbarkeit am Arbeitsplatz (per Mail, per Telefon oder auch präsent) ist oft auch die Fokussierung auf Aufgaben schwierig: Konzentration heißt „da sein, wo man ist“. Hilfreich für diese Mitarbeitenden sind Methoden, die den Kopf frei machen und helfen, die Aufgabenfülle in einfache Teilaufgaben mit klarem Ergebnis einzuteilen, sie strukturiert zu bearbeiten - und dennoch flexibel auf andere reagieren zu können.

Themenbereiche, die bearbeitet werden, sind:

- Zielorientiert Prioritäten setzen
- Kommunikationstechniken zur Klärung von Aufgaben
- Definition der Arbeitsaufgaben und deren Reihenfolge
- Tool- und Ressourcenanalyse
- Arbeitsplatzoptimierung und Reduktion von Stresseinflüssen

Wir nutzen den Arbeitsalltag der Teilnehmenden, um die Methoden praktisch auszuprobieren und auszuwerten, wie sie in den täglichen Ablauf integriert werden können.

Die Teilnehmenden optimieren dadurch ihre Arbeitsweise und ihre Selbstorganisation und schaffen sich so auch Freiräume für andere, ihnen persönlich wichtige Themen.

Weitere Informationen:

Der Workshop kann sowohl für eine einzelne Organisationsgruppe durchgeführt werden, als auch bereichsübergreifend.