



Zeit- und Selbstmanagement für die Lehre

Zielgruppen:

- Lehrende
- Lehrbeauftragte

Sprachen:

- Deutsch
- Englisch

Mögliche Formate:

- Eintägiges Angebot mit Einzelcoaching
- Eintägiges Angebot
- Individuelles Arbeitsformat mit Coaching
- Kurzformat

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 sind deshalb wichtig, 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).

Die Teilnehmenden reflektieren ihre work-life-balance und entwickeln ein alltagstaugliches Repertoire an möglichen, für sie persönlich umsetzbaren Handlungsoptionen.

Sie analysieren und reflektieren ihren Umgang mit Zeit- und Planungsaufgaben, um daraus persönliche Strategien abzuleiten. Sie entwickeln Strategien für den Transfer des Gelernten in den Arbeitsalltag und entscheiden, welche Vorgehensweisen im Projekt- und Selbstmanagement sie individuell etablieren möchten.

Weitere Informationen:

Auf Wunsch kann das Thema als Kurzformat auch für Tutor*innen konzipiert werden.