

Stundenplan

Seminar zum Zeitmanagement und zur Arbeitsorganisation für hörbehinderte Berufstätige

22 Unterrichtsstunden, 11 Doppelstunden)

Donnerstag	
ab 15:00 Uhr	Anreise
18:00 – 19:15 Uhr	Abendessen
19:30 – 21:00 Uhr	Organisatorisches, Kennenlernen der Teilnehmenden, Kommunikationsstatus feststellen und Einstieg in das Thema
Freitag	
08:00 – 09:00 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 Uhr	Kleingruppenarbeit: Sammeln von Problemstellungen zum Zeitmanagement mit anschließender Präsentation
	Pause
10:45 – 12:15 Uhr	Methode: Zeitflussanalyse (Zeitdiebe identifizieren) Arbeitsweltbezogene Einzelfallarbeit mit anschließender Präsentation in der Gruppe und Rollenspielen
	Mittagsessen
13:15- 14.45 Uhr	Methode: Zeitflussanalyse (Zeitdiebe identifizieren) Arbeitsweltbezogene Einzelfallarbeit mit anschließender Präsentation in der Gruppe und Rollenspielen
	Pause
15:00 – 16:30 Uhr	Erfahrungsaustausch zu bereits vorhandenen Bewältigungsstrategien
	Abendessen
Samstag	
08:00 – 09:00 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 Uhr	Methode: Eisenhower-Prinzip/Matrix
	Pause
10:45 – 12:15 Uhr	Methode: Zeitflussanalyse (Zeitdiebe identifizieren) Arbeitsweltbezogene Einzelfallarbeit mit anschließender Präsentation in der Gruppe und Rollenspielen
	Mittagsessen
15:00- 16:30 Uhr	Methode: Pareto-Prinzip
	Pause
16:45 – 18:15 Uhr	Methode: Zeitflussanalyse (Zeitdiebe identifizieren) Arbeitsweltbezogene Einzelfallarbeit mit anschließender Präsentation in der Gruppe und Rollenspielen
	Abendessen
Sonntag	
08:00 – 09:00 Uhr	Frühstück
09:00 – 10:30 Uhr	Methode: Selbstreflexion Was ist jetzt anders? Kurzpräsentation in der Gruppe
	Pause
10:45 – 12:15 Uhr	Fortsetzung Zusammenfassung und Auswertung des Seminars
	Abreise