



# gemba.selbstmanagement






**gemba.austria**





# gemba.selbstmanagement

Ein herausforderndes Umfeld, wechselnde Anforderungen und kurzzyklische Veränderungen fordern das eigene Zeitmanagement und auch die persönlichen Kraftreserven. Zeit genauer hinzuschauen und neue Wege des Selbstmanagements zu entdecken, um

-  das eigene Wertefundament zu stärken und reflektiert und kraftvoll durch schwierige Zeiten zu gleiten
-  die eigene Handlungsfähigkeit und Wirksamkeit zu steigern und den Arbeitstag produktiv zu gestalten
-  komplizierte, komplexe und chaotische Aufgaben mit Klarheit, Leichtigkeit und Flexibilität im Alltag zu managen
-  in der Zusammenarbeit mit anderen Menschen die eigenen Bedürfnisse zu wahren und gleichzeitig unterstützend zu agieren
-  anpassungsfähig, wachsam und proaktiv den Anforderungen der Zukunft zu begegnen

Durch den mehr-moduligen Aufbau (digital und in Präsenz) schaffen wir Raum für eine intensive Beschäftigung mit dem Thema und entlasten gleichzeitig die knappe Zeitkapazität der TeilnehmerInnen.

Für mehr Leichtigkeit, Begeisterung, Effizienz & Innovation.

**Die Zielgruppe:** operative, taktische und strategische Führungskräfte

**Voraussetzungen:** keine



# gemba.selbstmanagement



Start: 15.03.2024

Format: Online und Präsenz

Dauer: 4 Tage Training + 1 Tag Präsentation - (8 Monate)

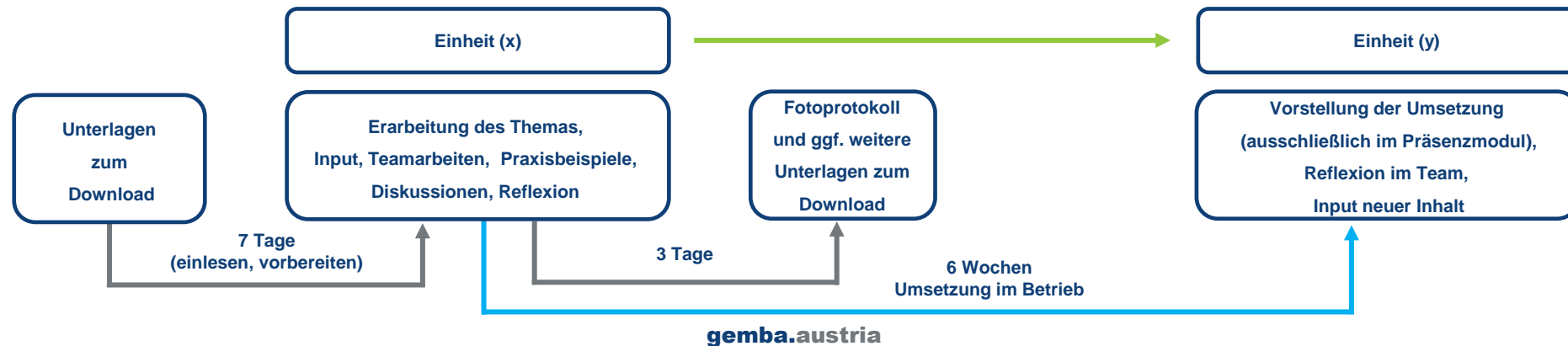
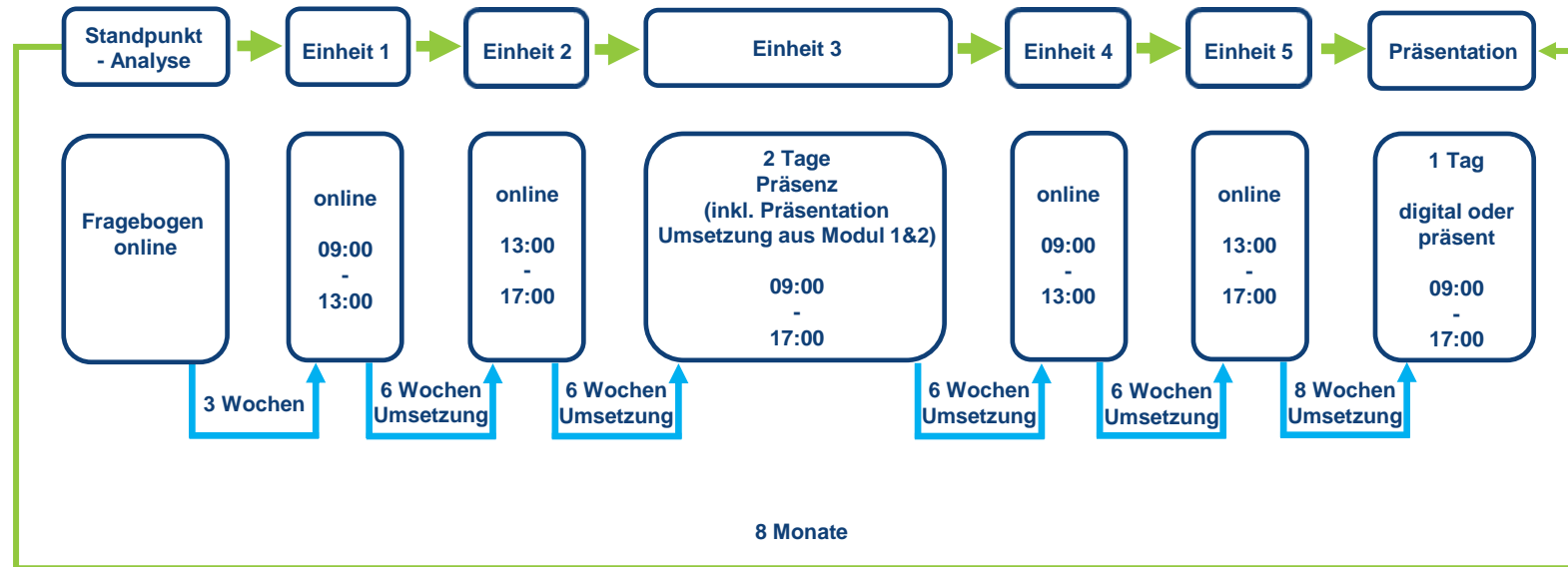


Dr. Julia Hubner












# Organisation Lehrgang | Lehreinheit





# Organisationsübersicht

2024		Schwerpunkte	Inhalte	Ort	Hotel / Betrieb
Standpunkt - Analyse	02/2024	Erfassen der persönlichen IST-Situation			
SE2.1	15.03.24 09:00 – 13:00	Ich im System – agieren im Spannungsfeld	<ul style="list-style-type: none"> <li> Staus der Anforderungen durch andere und die eigene Belastung erkennen</li> <li> KollegInnen, MitarbeiterInnen und Führungskräfte – gelassener Fokus im Spannungsfeld der Interessen</li> <li> Erobern des eigenen Handlungsspielraums (circle of influence) zur proaktiven Gestaltung der eigenen Arbeit</li> <li> Mit Zeitvampiren umgehen – klare und positive Kommunikation bei Nicht-Erfüllung von Wünschen</li> </ul>	online	Zoom
SE2.2	23.04.24 13:00 – 17:00	Ich und meine Energie – Ressourcen und Kraftquellen entdecken	<ul style="list-style-type: none"> <li> Was ich der Arbeit gebe und was sie mir gibt</li> <li> Was mich bewegt, antreibt, motiviert und stärkt - persönliche Kraftquellen entdecken</li> <li> Persönliche Werte und Unternehmenswerte im Einklang</li> </ul>	online	Zoom
SE2.3	19.06. – 20.06.24	Ich und meine Zeit – Ergebnisse produzieren und kraftvoll bleiben	<ul style="list-style-type: none"> <li> Aufgaben planen in der VUKA-Welt – Struktur für Flexibilität, Klarheit und Wirksamkeit</li> <li> Minusmanagement – das Verabschieden und Entlernen von „sinnlosen“ Aufgaben</li> <li> Positive Abweichung statt Perfektion – Kennzahlen im VUKA-Zeitmanagement</li> <li> Freiräume schaffen im beruflichen Alltag – nachhaltig, akzeptiert und hilfreich</li> </ul>	Schladming	Sporthotel Royer
SE2.4	13.09.24 09:00 – 13:00	Ich in Aktion – Handlungsmöglichkeiten entdecken und Wirksamkeit steigern	<ul style="list-style-type: none"> <li> Systemisches Denken - Varianten, Alternativen und Auswirkungen kennen</li> <li> Entscheidungen treffen – Komplexität reduzieren und in Schleifen denken</li> <li> Zeiteffizienz durch Verbindung – Stärken und Kompetenzen des Teams nutzen</li> </ul>	online	Zoom
SE2.5	18.10.24 13:00 – 17:00	Ich und die Zukunft – neue Zeiten erfordern neue Kompetenzen	<ul style="list-style-type: none"> <li> Äußere Veränderungen (Trends, plötzliche Ereignisse) und Selbstmanagement – wachsam wahrnehmen, proaktiv handeln</li> <li> Anpassungsfähigkeit – wie eine Abweichung vom Plan gute Gefühle auslöst / Abweichungen vom Plan als Möglichkeiten begreifen</li> <li> Growth – Mindset – Herausforderungen gestärkt begegnen</li> </ul>	online	Zoom
Präsentation	Frei wählbar	Vorstellung der Umsetzung		online oder präsent	laut gemba. kurskalender



# Fragen? Wir sind gerne für Sie da.

## Organisatorische Fragen



**Gerald Reichenbrugger**

Kundensupport  
+43 3143 / 20800  
first@gembaaustria.at

## Fachliche Fragen



**DI (FH) Veronika Reichenbrugger, Msc**

Geschäftsführerin  
+43 3143 / 20800 - 10  
reichenbrugger@gembaaustria.at

**gemba.austria gmbh**

Markt 81  
8563 Ligist | Austria  
+43 3143 20800  
first@gembaaustria.at

