

„Zeitlupe und Zungenschuss“

Das Selbst- und Zeitmanagement-Seminar nach dem Chamäleon-Prinzip



Das Chamäleon-Prinzip

Vom Überleben im Dschungel der modernen Arbeitswelt

Nina Brodbeck/ Katrin Thorun-Brennan

288 Seiten, □€ 14,99 [D] | € 15,50 [A] | CHF 21,90 (uvp)

ISBN: 978-3-7645-0410-6

Blanvalet Verlag, Herbst 2011

Welcome to the jungle!

Wenn die Arbeitswelt ein Dschungel wäre, welches Tier wären Sie da gern? Wir haben einen Vorschlag: Das Chamäleon! Dieses glubschäugige, verbaute, langsame Vieh mit der Schleuderzunge, das ständig die Farbe wechselt. Ob das unser Ernst ist? Absolut. Denn Chamäleons besitzen die fantastische Eigenschaft sich an die Umgebung anzupassen und gleichzeitig immer sie selbst zu bleiben. Dabei machen sie noch auf spektakuläre Weise Beute. Sie vollziehen bildlich gesehen den Spagat, der von uns alltäglich in der Arbeitswelt abverlangt wird. **Pass Dich an und bleib Du selbst!**

INHALT

Das Chamäleon bewegt sich geruhsam im Schaukelgang und hat dabei die Umgebung gut im Blick. Blitzschnell kann es dann, wenn es darauf ankommt, seine Zunge rausschießen lassen, um seine Beute zu fassen. **Wie können wir es schaffen, statt wie „Hamster im Hamsterrad“, ebenso gelassen und trotzdem fokussiert unsere Arbeit zu verrichten, um gesund und erfolgreich zu bleiben? Wie steht es um unser ganz persönliches Selbst- und Zeitmanagement? Wie viel Zeit habe ich, möchte ich haben und für was? Wie wertschätzend gehe ich mit mir, meiner Zeit und der Zeit der anderen um? Welche Auswirkung hat das immer schneller werdende Arbeitstempo auf mich? Wie sieht eine förderliche Zeitkultur im Unternehmen aus? Was brauche ich, um Schritt halten zu können? Wo liegen meine Handlungsspielräume?**

Im Seminar arbeiten wir in Kleingruppen und im Plenum, nutzen kreative Methoden und kleine theoretische Inputs, um uns den gestellten Fragen zu nähern.

Das Seminar ist geeignet für Teams und Arbeitsgruppen, die sich mit dem Thema Selbst- und Zeitmanagement beschäftigen möchten.

ZEITUMFANG

mindestens zwei Tage

KONTAKT

Katrin Thorun-Brennan

www.thorun-brennan.de

Tel. +49 (0) 30- 44012773

kontakt@thorun-brennan.de