

## Modernes Selbst- und Zeitmanagement (Workshop)

09.06.2005, 09:38 | Wissenschaft, Forschung, Bildung

Pressemitteilung von: *LearnAct! GmbH*

---



Dr. Gerald Lembke

Jeder von uns benötigt in unregelmäßigen Abständen einen Stopp zum Luft holen, zur Ausrichtung seiner Arbeitsenergien, zur Supervision seines Jobs. Dies praktizieren Sie in intensiven 2 Tagen mit einem praktischen inhaltlichen Rahmen: Hier bekommen Sie zusätzliche Methoden an die Hand, mit welchen Sie Unruhe und Dynamik fokussieren können.

Auszug aus dem Programm:

- + Was sind Ziele? Ziellarbeit mit Landkarten
- + Was sind meine persönlichen Stärken und Schwächen?
- + Wie werden Prioritäten bestimmt?
- + Was sind meine Stressursachen?
- + Was sind meine Erfolgsbedingungen?
- + Probleme systematisch angehen und lösen
- + Zielgerichtet denken und arbeiten, Wissensorientierte Arbeitsstrategien für den Arbeitsalltag
- + Wie strukturiere ich meinen Arbeitstag sinnvoll?
- + Wann muss ich konsequent „Nein“ sagen?
- + Was hilft gegen die „Aufschieberitis“?
- + Wie nutze ich meine Leistungskurve für mehr Effektivität?

Dr. Gerald Lembke ist ausgebildeter Business Coach und Selbstmanagement-Experte.

Alle Infos unter: [http://www.learnact-gmbh.de/seminar.php?a\\_i=202](http://www.learnact-gmbh.de/seminar.php?a_i=202)  
oder Tel.: +49(0)611-2056422

## **Portrait**

LearnAct! GmbH  
Grillparzer Straße 1  
D-65187 Wiesbaden  
Tel.: +49(0)611-2 05 64 22  
Fax: +49(0)611-2 05 64 23

---

News-ID: 50107 • Views: 90 (Stand: 01.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/50107/Modernes-Selbst-und-Zeitmanagement-Workshop.html>