

Sigrid Steiner

# Zeitmanagement



Was bringt es wirklich?

**BookRix-Edition**

Business und Wirtschaft

Sigrud Steiner

# Zeitmanagement



Was bringt es wirklich?

BookRix-Edition

Business und Wirtschaft

Sigrid Steiner

# **Zeitmanagement**

**Was bringt es wirklich?**

BookRix GmbH & Co. KG  
80331 München

# Inhaltsverzeichnis

## Inhaltsangabe

Zeit - unser kostbarstes Gut  
Zeitmanagement - Was bringt es wirklich?  
Stolpersteine und Störungen von Außen  
Selbsteinschätzung  
Bestandsaufnahme - IST Zustand!  
Analyse - IST Zustand  
Routenplanung  
Zielsetzung  
Planungsinstrumente und Entscheidungshilfen  
ABC - Analyse  
ToDo - Liste  
Terminübersicht  
Die Eisenhower - Methode  
Die Alpenmethode  
Das Direkt - Prinzip  
Das Paretoprinzip  
Die Salami - Technik  
Aufwandseinschätzung  
Zeitpuffer  
Die Fähigkeit zu delegieren (loszulassen)  
Selbstreflexion  
Die 5 - Finger - Methode  
Vertragsabschluss  
Erfolgreiches Zeitmanagement  
Die Geschichte mit den Steinen