

## Beschreibung

Auch für Auszubildende ist es wichtig, mit ihrer Zeit effektiv umzugehen. In diesem Seminar lernen Sie, sich selbst besser zu organisieren und die Zeit effektiv zu nutzen. Sie lernen Prioritäten zu setzen, erfolgreicher mit Stress umzugehen und Ihre Konzentration zu steigern. Mit Hilfe der Postkorbübung wird, wie bei keiner anderen Übung sonst das Selbst- und Zeitmanagement verdeutlicht.

## Zielgruppe

Auszubildende aller Berufe

## Inhalt

- Überprüfung des eigenen Arbeitsverhaltens
- Zeit effizient nutzen – Zeitdiebe fangen
- Motivierende Ziele setzen
- Zeitplanung
- Prioritäten setzen – Eisenhower-Prinzip – Pareto-Prinzip
- Tagesgestaltung – Arbeitsorganisation – persönliche Leistungskurve
- Postkorbübung

## Abschluss

- IHK-Bescheinigung

## Veranstaltung online ansehen



[https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/selbst-und-zeitmanagement-fuer-auszubildende-vollzeit-praesenz\\_120028](https://www.ihkademie-sbh.de/weiterbildung/details/selbst-und-zeitmanagement-fuer-auszubildende-vollzeit-praesenz_120028)

Kurs-Nr. AZSZ-271

## Standort und Termin

FR.

12

MÄRZ 2027

**12. März 2027**

Villingen-Schwenningen  
Vollzeit - Präsenz

## Termin details

8 Unterrichtseinheiten

| Datum      | Tag | von   | bis   |
|------------|-----|-------|-------|
| 12.03.2027 | Fr  | 08:30 | 16:30 |

## Investition

€ 145,-  
inkl. Unterlagen

## Ansprechpartner

**Sascha Bohnert**

☎ 07721922160

✉ [sascha.bohnert@vs.ihk.de](mailto:sascha.bohnert@vs.ihk.de)

## Veranstaltungsort

**IHK Akademie**

Schwarzwald-Baar-Heuberg  
Albert-Schweitzer-Str. 7  
78052 Villingen-Schwenningen

## Dozenten

- Anette Weiß

