

## **Time is Honey - vom klugen Umgang mit der Zeit**

Zeitvortrag mit Workshopteil, Dauer: 3 bis 4 Stunden

---

### **Vortragsinhalt**

Nach der Devise „time is money“ beschleunigen wir nahezu alle Lebens- und Arbeitsbereiche. Die erwarteten Effekte bleiben aber immer öfter aus. Menschen und Unternehmen werden durch die Verdichtung belastet – gesundheitlich wie ökonomisch. Vielerorts scheint der „rasende Stillstand“ (Virilio) eingetreten zu sein.

Wie kommen wir aber heute dazu, die Zeit zu vermissen? Das war nicht immer so. Die Zeiten haben sich bekanntermaßen geändert, und sie werden dies auch weiterhin tun. Das Wissen um die Gründe und die Art und Weise wie sie das getan haben, ist eine notwendige Voraussetzung, ihr nicht immerzu nachlaufen zu müssen. Der erste Teil des Vortrags beschreibt, wie es dazu kam, dass wir so mit Zeit umgehen, wie wir es heutzutage tun.

Die moderne Arbeits- und Lebenswelt ist von gesellschaftlichen und technologischen Beschleunigungstrends geprägt. Beschleunigung erfolgt heute nicht mehr nur linear, sondern vor allem über die Verdichtung der Tätigkeiten. Dies bringt zahlreiche Freiheiten, aber auch neue Zwänge und Belastungen mit sich.

Wie lässt sich auf diese Anforderungen reagieren?

Welche Kompetenzen sind dazu notwendig und wie können diese entwickelt werden?

Wie kann eine förderliche Zeitkultur im Unternehmen/in der Institution entwickelt werden?

Im zweiten Teil des Vortrags werden Impulse und Anregungen zu diesen und weiteren zentralen Fragen des Zeit-gemäßen Umgangs gegeben.

### **Workshopteil**

Die Inhalte des Vortrags werden in einem Counseling-Setting auf die Praxis der Teilnehmenden übertragen. Aus Impulsen werden so konkrete, angepasste Maßnahmen zur Umsetzung in der Praxis.

### **Beispielablauf**

09.00: Zeitvortrag „Time is Honey - vom klugen Umgang mit der Zeit“

10.15: Anmoderation Workshop, Austeilen der Handouts + Materialien  
Definieren eines persönlichen Zeit-Beratungs-Anliegens.

10.30: Pause

10.50: Bildung von Beratungstrios

11.00: Start des Counselings, 3 x 30 Minuten

12.30: Ergebnisbasar

12.50: Abschluss