



Nr. 6 | Dezember 2007 | 4. Jahrgang | ISSN: 1613-7191 | PVSt: 64583 | Einzelpreis 8,- €

PARODONTOLOGIE NACHRICHTEN

Die Zeitung für Parodontologie, Implantologie und Prävention | www.pn-aktuell.de

Von der Kunst, sich nach Zeit- und Zielmanagement zu richten

Der Mensch sucht seit jeher nach Weisheiten, wie die Zeit richtig einzuteilen ist. Die Schemata haben sich dabei nur geringfügig verändert. Ein wesentliches Element ist der ganzheitliche Ansatz als Strategie: Nur die Kombination von Analyse, Struktur, Planung und Umsetzung bringt dabei den gewünschten Erfolg. Denn das reine Zeitmanagement kurzt nur wenige Symptome, aber nicht die Ursachen unserer Zeitnot. Wie der Zahnarzt des eigenen Visions durch eine strategische Planung näher kommt, beschreibt Dr. Dr. Cay von Fournier.



Es funktioniert einfach nicht. „Zeit so sparen“ und „was wir in der Zeit geschafft haben, effizienter so sein“ können darüber so sich höher im Zeitmanagement, wurden die gewonnenen Stunden ganz einfach auf neuen Aufgaben verteilt und alles bleibt beim Alten. Es ist so, als ob Sie ein Stückchen Gold in die Hand nehmen und 40 statt 24 Stunden pro Tag scheitern. Sie wären sicher am Anfang über die viele zusätzliche Zeit begeistert und überdies, viel für diese Technik zu investieren. Was wird nach spätestens einem Monat passieren? Nicht! Die Probleme werden wieder da sein wie vor, nur dass Ihre Tageeinteilung nun von 7:30 bis 24:00 Uhr reichen wird. Wenn wir nicht das zugrunde liegende Muster hinterfragen, werden wir nie Zeit haben. Und das, obwohl wir auch jetzt schon Zeit genug haben!

Ich bin Organisationsleiter in der Regel so, dass Menschen in kleinen Netzwerken versetzen und Mitarbeiter, auch zwischen all den beruflichen (aber verstärkt auch immer mehr familiären) Verpflichtungen und Interessen nicht selbst zu verlieren, in einer Linie geht es darum, ein ausgeglichenes und gleichzeitiges Leben zu leben. Dazu versuchen wir, indem wir unsere Werte (Grundvorstellungen) leben, um Ziele in allen Lebensbereichen setzen (Einkommen) und diese auch erreichen (Verwirklichung).

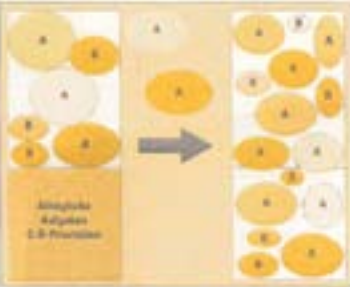
Ziele definieren
Ohne Ziele ist jede Zeitplanung nutzlos, denn Ziele sind die Grundvoraussetzung der Strategie. Stellen Sie sich ein wenig Präzision vor, der nicht so genau weiß, ob er die Straßbahn überhaupt gewinnen möchte. Wie wahrscheinlich wird ein Sieg das nach sein? Die Wahrscheinlichkeit wird immer zum Zufall und genau das ist die „Strategie“, mit der der meisten Menschen leben. Wenn diese Strategie der Zufall gewollt wird, werden Menschen gelübt, er leben nicht selbst. Hand auch hier: Wenn von uns ging es jedenfallphasenweise nicht schon abfällig? Reaktive Lebens-

weise bildet einen örtlich und zeitlich verteilten Ereignisraum. Die Kunst liegt nicht in der Balance, so wichtigen Zeitpunkt der Zahnarzt wichtiger Elemente, so wichtigen Zeitpunkt er strategische Dinge tut und so wichtigen Zeitpunkt er auf die Realisierung, d.h. Umsetzung ist. Im Zusammenhang damit die Faktoren, wird die Vision durch Planung realisiert.

Zeitmanagement in den Alltag integrieren
Das größte Ziel Patientenstrategie wahrzunehmen, zwei Teilziele beinhaltet, zunächst eine Menge E-Mails beantwortet, mit den Details ihrer verbunden, wenn Pharmazievertrag eingetragenen, einen Vortrag vorbereitet, zwei neue Mitarbeitergespräche geführt. Abends kommt man erst nach Hause und hat wieder einmal keine Zeit mit der Familie verbracht. Das Gefühl, unzufrieden und gemüht so sein, macht sich breit. Was ist ein erfolgreiches Lebensführungsmittel und welches, das wiederum selbst, aber die Zeit mit der Familie verbracht. Das Gefühl, unzufrieden und gemüht so sein, macht sich breit. Was ist ein erfolgreiches Lebensführungsmittel und welches, das wiederum selbst, aber die Zeit mit der Familie verbracht.

Wir werden, und Sie können dies integrieren in Ihren Alltag integrieren.

shemplanung. Wenn Sie die Dinge betrachten, die Ihnen wirklich wichtig sind, die aber höher immer zu kurz kommen, weil sie nicht dringender waren, wird das Problem



1. Prioritäten setzen
Das wichtigste Instrument im strategischen Zeitmanagement sind die richtige Definition und der richtige Umgang mit unseren Prioritäten. Priorität, vom lateinischen Wort „prio“ = „vor“, „ober“, „höher“ abgeleitet ein Verrecht. Durch

shemplanung. Wenn Sie die Dinge betrachten, die Ihnen wirklich wichtig sind, die aber höher immer zu kurz kommen, weil sie nicht dringender waren, wird das Problem

shemplanung. Wenn Sie die Dinge betrachten, die Ihnen wirklich wichtig sind, die aber höher immer zu kurz kommen, weil sie nicht dringender waren, wird das Problem

shemplanung. Wenn Sie die Dinge betrachten, die Ihnen wirklich wichtig sind, die aber höher immer zu kurz kommen, weil sie nicht dringender waren, wird das Problem

- Eintragung der Anzahl E-Mails und Briefe, die an diesem Tag erledigt werden müssen
- Eintragung der privaten Aufgaben mit Prioritäten und Zeitbedarf
- Tageszeiten
- Betrachten Sie Ihre Tagesstruktur

Vergleichen Sie auch nicht ein paar Jahre so dem abgelaufenen Tag, die Ihnen lieblich, die Ereignisse der Tage noch einmal zu reflektieren.

Schreiben Sie in die Zukunft!
Dabei ist nicht gemeint, dass Sie ein Diktator werden sollen, sondern „nur“, dass Sie sich viel mehr mit allen Möglichkeiten der Zukunft beschäftigen sollen. Planen kann als visualisierte Zukunft betrachtet werden. Ich weiß mich dann die Zukunft so ein, wie wir sie uns aktiv vorgestellt haben. Wenn wir nicht planen, werden wir viel häufiger zum Spielball von Umveränderungen. Jeder, der darüber nach, dass sein Leben in vielen unvorhersehbaren Einflüssen ausgeglichen ist, sollte sich auch fragen, ob er nicht durch eine verbesserte Planung wieder mehr eigene Kontrolle über sein Leben gewinnen kann.

Mehr über die „neue“ Zeitmanagement erfahren Sie im Buch von Dr. Dr. Cay von Fournier „Lebensstrategie - Die Kunst, die richtige Leben richtig zu leben“, Schmidt Verlag (ISBN 3-920-2083-0-0).

Strategisches Zeitmanagement
Das ist ein Ansatz der Zeitmanagementtechniken, welche ich dabei „strategisches Zeitmanagement“ nenne. Es geht dabei um die persönliche Strategie. Auch ein Zahnarzt ist gut daran, wenn er sich selbst zurechtfindet, bevor eine strategische Zeitplanung in der Praxis umgesetzt wird. Das deutsche Wörterbuch definiert Strategie als „Kunst der militärischen Kriegführung“ und im Allgemeinen als „methodische Planung zur Verwirklichung von Grundvorstellungen“ (Wahring Wörterbuch). Bei der Definition „methodische Planung zur Verwirklichung von Grundvorstellungen“ können gleich drei neue Aspekte hinzugefügt werden: Planung, Verwirklichung und Grundvorstellungen. Planung ist dabei der Faktor, der sich zu einem kommt, um die folgenden Phasen schrittweise durchzuführen:



Nutzung (desen): Reaktive Gehirne (desen) in diesem Zustand der Strategie des Zufalls.

Planung erweist
Viel von dem Leben Zahnärzte können noch an detaillierte Planungen machen und an deren Realisierung arbeiten, ohne Vision wird daraus kein außerordentliches Erfolg. Die Vision beschreibt, wie die Praxis in Zukunft sein soll und von den Patienten wahrgenommen werden soll. Es ist das was den Leitenden „Leben“ = Werte, das heißt „ich selbst“ abgibt und beschreibt, was der Zahnarzt als Umverteilung vorwettbewerblich in der Zukunft sehen kann. Es ist also das in-

ter Zeit bewusst werden, beginnen wir, eine persönliche Zeitkultur zu stabilisieren. Dies ist die Voraussetzung dafür, um gute Zeitmanager zu werden und dadurch ein erfolgreiches und gleichzeitiges Leben zu führen. Der Trick mit dem strategisches Zeitmanagement in ganz und gar ist sehr viel mit guter Planung zu tun. Wenn wir die Planungzeit verknüpfen, halbieren wir die Ausführungszeit. Wenn hingegen die Planung verragt, dann wird Planungssystem. Diese Wahrheit ist es all die Strategie selbst. Bevor die oben Umverteilung schauen wir mehr als 2.000 Jahre in die Zukunft und planen verschiedene Szenarien ab.

Prioritäten entscheiden wir, wenn oder was wir in unserem Leben/Vorrecht geben. Denken Sie, das Sie jetzt in den Dingen, die Sie tun, ein Vorrecht geben. Sie handeln so als ob es Prioritäten wären. Leider entspricht die Realität unserer Alltagsleben der Realität unserer Zeit. Hier gibt es das Problem und gleichzeitig auch die Lösung. Was sind wir so schaffen, ein gewisses unseren Prioritäten zu verhalten, leben wir das Leben, das wir eigentlich leben wollen.

shemplanung. Wenn Sie die Dinge betrachten, die Ihnen wirklich wichtig sind, die aber höher immer zu kurz kommen, weil sie nicht dringender waren, wird das Problem

2. Tagesplanung
Mit der Tagesplanung bekommen wir unsere Ziele für den Tag. Für die eigene Organisation ist es von Bedeutung, sich für den nächsten Tag für die eigene Planung zu reservieren und in dieser Zeit auch den für uns legitimen Tag so planen. Verplanen Sie immer nur einen bestimmten Prozentsatz des Tages. Das klassische Zeitmanagement spricht von 10 bis 20 Prozent in Ruhe ein ständiges Tagesplanung durch. Verheben, die sich für die nächsten Tage ausrechnen, auch wenn dies ein wenig Zeitbedarf ist, um sich zu planen und zu analysieren. Legen Sie in Ihren Eintragsbuchungen richtig? Hier werden Sie Ihre Planung für die nächsten Tage festlegen.

- Eintrag der Termine und möglichst genauen Aktivitäten
- Eintragung der beruflichen Aufgaben mit Prioritäten und Zeitbedarf (je nach eigener Bewertung)

Kurzvita



Dr. Dr. Cay von Fournier ist ein Orthopäde und Zahnarzt. Er ist ein großer Meister in der Kunst der Zeitmanagement. Er hat eine Ausbildung als Zahnarzt und Orthopäde. Er hat eine Ausbildung als Zahnarzt und Orthopäde. Er hat eine Ausbildung als Zahnarzt und Orthopäde. Er hat eine Ausbildung als Zahnarzt und Orthopäde.