

## Mehr Zeit

### Effizienz-Coaching für Top-Führungskräfte

*Was ist wichtig? Das E-Mail vom Finanzchef, das wöchentliche Gespräch mit der Assistentin, das versprochene Nachtessen mit der Familie? Meist lautet die Antwort: alles. Und weil das Prioritätensetzen nach Wichtigkeit so schwierig ist, entscheiden wir uns doch für das Dringende. – Unser Verhalten wird stark von unseren Neigungen und Abneigungen (likes/dislikes), unbewusst übernommenen Normen und äusseren Einflüssen geprägt. Dies führt dazu, dass wir zwar viel, aber oft wenig effektiv und effizient arbeiten.*

#### Unser Ansatz

Der weitaus grösste Teil unseres Verhaltens ist unbewusst. Selbst viele, vermeintlich rationale Entscheidungen sind bei genauerer Betrachtung Bauchentscheide. Der Weg zur Verhaltensänderung führt über das Bewusstwerden dieses intuitiven Verhaltens.

Im intensiven Coachinggespräch wird

- Unbewusstes bewusst gemacht
- das Verhaltensmuster aufgezeigt und erklärt
- ein persönlicher Massstab für Wichtiges erarbeitet
- Klarheit über den erwünschten Zustand geschaffen
- ein Aktionsplan erarbeitet

#### Ihr Nutzen

- Bewussterer Umgang mit der zur Verfügung stehenden Zeit
- Klarheit über die Wichtigkeit bestimmter Aufgaben
- Steigerung der Effektivität (Wirksamkeit) und der Effizienz
- Weniger Stress

#### Methodik

Das interaktive Coaching basiert auf den vier Phasen Situationsanalyse, Zielformulierung, Aktionsplan und Erfolgskontrolle. Während der Situationsanalyse geht es darum, Sie als Person wie auch Ihr Umfeld zu beleuchten. Dabei nutzen wir auch die vorgängig ausgefüllte Mini-Skriptanalyse. Die an Sie gestellten Ansprüche von Ihnen selbst und von Ihrem Umfeld bestimmen die Zielsetzung. Die Entwicklung des Aktionsplans beschränkt sich auf wirksame Massnahmen mit verdaubaren Fristen. Die Erfolgskontrolle überprüft das Erreichte und lässt Raum für nächste Schritte.

#### Dauer

Einmaliges Gespräch von 3 ½ Stunden

Follow-up-Gespräche nach Bedarf

Erfolgskontrolle nach einem Monat: 1-stündiges Gespräch

#### Begleitung

Christoph Landau