

Zeit- und Selbstkompetenz

- Selbstorganisiertes Handeln und Anwendung von Wissen des Zeit- und Selbstmanagements als zentrale Elemente
- Aktive und individuell nützliche Ziel-, Prioritätensetzung und Planung
- Aktive Auseinandersetzung einer Person mit den eigenen Bedürfnissen und Zielen, Stärken und Entwicklungsfeldern
- Schaffung sich selbst unterstützender Bedingungen mittels Selbstreflexionsprozessen
- Bewusstsein und bewusstes Kommunizieren, was eine Person kann und will und welche Bedingungen sie für ihr Verhalten im Bereich Zeit- und Selbstmanagement benötigt
- Positive Auswirkungen auf die Entwicklung der eigenen Zufriedenheit und Leistungsfähigkeit in Berufs- und Privatleben