

# **Selbstmanagement 9.0: So organisieren Sie sich in der modernen Arbeitswelt**

**HelfRecht**

**Workshop  
oder Vortrag**



# Selbstmanagement 9.0

**HelfRecht**

Sich selbst gut organisieren. Den Tag so gestalten, dass wir ihn optimal für uns nutzen. Dies ist eine Herausforderung, vor der Leistungsträger tagtäglich stehen.

Der HelfRecht-Planer ist dabei seit Jahrzehnten ein tausendfach bewährter Helfer: Er begleitet uns durch den beruflichen und privaten Alltag und achtet darauf, dass wir unsere Ziele vor lauter Alltagsgeschäft nicht aus den Augen verlieren.

Im Zeitalter digitaler Werkzeuge ist die schriftliche Planung auf Papier nicht mehr überall die Regel. Smartphone & Co. bieten mit Apps und Zeitmanagement-Software neue Möglichkeiten. Innovativ, vernetzt, komfortabel. Aber in einer nie gekannten, verwirrenden Vielfalt, so dass es schwer fällt, den Überblick zu behalten.

Wie organisiert man sich nun richtig in der digitalen Arbeitswelt, ohne sich selbst dabei zu vernachlässigen?



# Selbstmanagement 9.0

**HelfRecht**

- Was muss ein gutes Zeitmanagement-Werkzeug können?
- Ist schriftlich organisieren out?
- Welche Elemente sind bei Zeit- und Selbstmanagement wichtig?
- Wie gehe ich mit Alltagsproblemen um?
- Wie pflege ich mein Stimmungsmanagement?
- Wie strukturiere ich meinen Alltag?

Im Vortrag / Workshop werden wir die neun Aspekte der Selbstorganisation näher betrachten. Sie werden verschiedene Instrumente und Helfer kennenlernen, die Sie dabei unterstützen können, die einzelnen Aspekte umzusetzen. Sie werden Lösungen für Ihre Zeitmanagement-Herausforderungen erhalten und zudem konkrete Tipps, wie Sie die Sache gut im Griff haben.



# Die neun Aspekte der Selbstorganisation

**HelfRecht**

**Aufgaben-  
management**

**Kontroll-  
management**

**Ideen-  
management**

**Dokumenten-  
Wissens-  
management**

**Kontakt- und  
Kommunikations-  
management**

**Ziel-  
management**

**Lösungs-  
orientierung und  
Problem-  
management**

**Stimmungs-  
management**

**Zeitmanagement  
und  
Tagesgestaltung**

# Ihr Referent

**HelfRecht**

Volkmar Helfrecht (Jahrgang 1981) ist Experte für Selbstmanagement und Unternehmensführung. Seit Februar 2014 trägt er als Vorstand die Verantwortung für die HelfRecht Unternehmerische Planungsmethoden AG in Bad Alexandersbad. Er leitet das von seinem Vater 1974 gegründete Familienunternehmen in zweiter Generation.



**Volkmar Helfrecht**

**Vorstand der HelfRecht AG**

☎ +49 (0) 9232 / 601-262  
✉ [v.helfrecht@helfrecht.de](mailto:v.helfrecht@helfrecht.de)  
🌐 [www.helfrecht.de](http://www.helfrecht.de)

Nach seinem Studium an der Dualen Hochschule Ravensburg, das er als Diplombetriebswirt (DH) und Bachelor of Arts with first Class Honours abschloss, ergänzte er später seine akademische Qualifikation mit dem Master of Business Consulting.

Beruflich startete Volkmar Helfrecht als Controller und Assistent der Geschäftsleitung in einem mittelständischen Dienstleistungsunternehmen. Seine zweite Station war einer der führenden Energiekonzerne in Deutschland.

Dann führte ihn sein Weg wieder in den Mittelstand, wo er als Prokurist und kaufmännischer Leiter vielfältige Führungserfahrung sammelte, die er nun in seine Aufgabe als HelfRecht-Vorstand einbringt.

# Vortrag oder Workshop?

**HelfRecht**

Ein Workshop unter der Leitung von Volkmar Helfrecht dauert vier bis fünf Stunden. In dieser Zeit erarbeiten Sie intensiv gemeinsam die Inhalte, für die Selbstmanagement 9.0 steht.

Ein Vortrag zu diesem Thema nimmt etwa eine Stunde in Anspruch.



# Interesse?

**HelfRecht**

Für weitere Informationen kontaktieren Sie  
bitte

Brigitte Bertholdt, Vorstandssekretariat  
Telefon +49 (0) 9232 / 601-248  
E-Mail: [b.bertholdt@helfrecht.de](mailto:b.bertholdt@helfrecht.de)

und besuchen Sie unsere Website  
[www.helfrecht.de](http://www.helfrecht.de)

HelfRecht

Unternehmerische Planungsmethoden AG  
Markgrafenstraße 32  
D-95680 Bad Alexandersbad

Telefon +49 (0) 9232 / 601-0  
Telefax +49 (0) 9232 / 601-280  
E-Mail: [info@helfrecht.de](mailto:info@helfrecht.de) | [www.helfrecht.de](http://www.helfrecht.de)

