



Right Path

Ach du liebe Zeit, wo bleibst du bloss?

Kennen Sie das Phänomen, dass Ihnen die Zeit davonläuft? Kaum wird eine Zeitlücke frei, schon ist sie wieder mit neuen Aufgaben oder Patienten gefüllt, der Arbeitsberg wird nie kleiner. Wieder hatten Sie keine Zeit, sich um Ihr innovatives Projekt zu kümmern, das Sie schon lange angehen möchten, es kommt immer etwas dazwischen. Sie fühlen sich gestresst und wünschen sich mehr Freiraum zur Bewältigung Ihrer vielfältigen Anforderungen, die nicht nur aus der Arbeit an PatientInnen besteht, sondern auch Mitarbeiterführung und Unternehmensführung umfasst. Eigentlich müssten Sie sich dreiteilen.

Arbeiten Sie viel oder effizient?

Dann haben Sie die rettende Idee: Delegation! Sie übergeben einige Aufgaben Ihrer Stellvertreterin, in der Annahme, dass Sie nun etwas mehr verfügbare Zeit haben. Doch interessanterweise sind Sie trotz-

dem immer noch voll ausgelastet. Wenn Sie sich Gedanken darüber machen, was hier falsch läuft, dann empfehle ich ein paar Gedanken zum Pareto-Prinzip, auch 80/20 Regel genannt.

Welches nämlich besagt, dass man in 20% seiner Zeit 80% seiner Ergebnisse schaffen könnte, wenn man dieses Prinzip denn auch anwenden würde. Viele von uns arbeiten jedoch nach dem umgekehrten Pareto-Prinzip und erzielen in 80% der Zeit nur 20% der nötigen Ergebnisse. Weshalb? Weil wir uns gerne mit Unwesentlichem oder Unwichtigem beschäftigen. Dabei arbeiten wir fleissig den ganzen Tag, haben alle Hände voll zu tun und wissen manchmal nicht, wo uns der Kopf steht. Viel zu arbeiten heisst aber nicht, effizient und effektiv zu arbeiten.

Das bedeutet, dass es vielleicht nicht immer nötig ist, dass Sie Telefonate entgegennehmen, die nicht für Sie direkt bestimmt sind, auch wenn es etwas länger in Ihrer

Praxis klingelt; dass Sie nicht gleich sofort auf jede Mail antworten müssen; dass Sie nicht umgehend einspringen, wenn es irgendwo brennt. Das hat nichts mit fehlender Hilfsbereitschaft oder falscher Vorbildfunktion zu tun, sondern mit einer fokussierten, effektiven Arbeitsweise.

Es ist erwiesen, dass sich mit 20% der Zeit am Schreibtisch 80% der Arbeit erledigen lässt, dass wir meistens nur 20% der Kleidung tragen, die wir im Schrank haben, dass in 20% der Besprechungszeit 80% der Beschlüsse gefasst werden, dass 20% der Kunden 80% Reklamationen ausmachen, dass im Verkauf zwei von zehn Verkäufern 80% des Umsatzes generieren, dass 20% der Mitarbeitenden 80% der Personalprobleme ausmachen, und wer ein Referat erstellt, braucht nicht selten 80% seiner Zeit für Formatierung und Details. So macht es Sinn, sich beispielsweise in Einzelgesprächen um die zwei problematischen Mit-

arbeitenden zu kümmern, anstatt mit dem ganzen Team an der Optimierung der Zusammenarbeit zu feilen.

Eine Frage der Priorität

Feind des Pareto-Prinzips ist der Perfektionismus. Es muss nicht immer alles 100-prozentig sein, 80% reichen meistens auch. Natürlich gibt es Ausnahmen: Der Dentaleingriff beim Patienten erfordert ein 100-prozentiges Ergebnis ohne Kompromisse, so wie auch der Bau einer Brücke nicht nur zu 80% gemacht werden kann. Dennoch ist perfekt oft nicht effizient.

Wir halten fest: 20% der Aktivitäten sind so wichtig, dass sie 80% des Erfolgs ausmachen. Nun geht

es darum, diese 20% zu eruieren und zu priorisieren. Tipp: Arbeiten Sie am besten mit einer To-do-Liste, auf der Sie die wichtigsten Aufgaben markieren und priorisiert erledigen. So verhindern Sie Verzettelung und arbeiten fokussiert an Ihren Prioritäten. Merke 1: Man hat immer genug Zeit, es ist alles nur eine Frage der Priorität. Merke 2: Zeit hat man nicht, man muss sie sich nehmen.

Prioritäten festzulegen heisst auch, diese in Ihre Agenda als festen Termin einzutragen. Dann haben Sie nicht nur Zeit für Ihre PatientInnen, sondern auch für Ihre anderen Aufgaben. Ach du liebe Zeit, dann könnten Sie sogar mit weniger arbeiten mehr erreichen, wäre das nicht perfekt?

Kontakt



BB SELFMANAGEMENT
Barbara Brezovar

BB SELFMANAGEMENT Tel. +41 79 633 98 75
Barbara Brezovar Capobianco info@bb-selfmanagement.ch
CH-9512 Rossrüti (Wil SG) www.bb-selfmanagement.ch

GABA Events 2022 – jetzt anmelden!

«Oral Care & Cocktails» geht weiter



Auch 2022 trifft man sich zur Happy Hour bei «GABA Oral Care & Cocktails».
Foto: GABA

Nachdem die beliebte Veranstaltungsreihe «Oral Care & Cocktails» letztes Jahr ihr fünfjähriges Bestehen feierte, geht sie dieses Jahr aufgrund der grossen Resonanz in die nächste Runde. Im Mai und Juni 2022 lädt die GABA Schweiz AG DentalhygienikerInnen und ProphylaxeassistentInnen wieder dazu ein, spannenden Vorträgen zu lauschen und anschliessend den Abend beim gemeinsamen Get-together in stilvollem Ambiente mit Cocktails ausklingen zu lassen.

Im sechsten Veranstaltungsjahr werden die Fortbildungen, die an vier verschiedenen Orten stattfinden, ganz im Zeichen der Alterszahnmedizin stehen.

Im Fokus: Alterszahnmedizin

Das Thema lautet «Bedarfs- und bedürfnisorientierte Prophylaxe für Senioren».

Interessierte können sich jetzt schon zur Veranstaltung ihrer Wahl

Oral Care & Cocktails

in Präsenz, jeweils 19.00-21.30 Uhr

05. Mai 2022 (Donnerstag)

Ort: Lugano, Seven – the restaurant

Referentin: Bettina Robbiani (Dentalhygienikerin und Ausbilderin)
Sprache: Italienisch

12. Mai 2022 (Donnerstag)

Ort: Lausanne, Hotel Aquatis, im Restaurant Le Piranha

Referent: Christian Schmidt (Education Manager, GABA Schweiz AG)
Sprache: Französisch

19. Mai 2022 (Donnerstag)

Ort: St. Gallen, Hotel Walhalla

Referent: Christian Schmidt (Education Manager, GABA Schweiz AG)
Sprache: Deutsch

08. Juni 2022 (Mittwoch) – am Vorabend der DENTAL Bern 2022

Ort: Bern (Kursaal Bern)

Referent: Christian Schmidt (Education Manager, GABA Schweiz AG)
Sprache: Deutsch

unter www.gaba-events.ch anmelden. Dort werden auch Updates zu den einzelnen Terminen veröffentlicht.

Zudem bietet die Website weitere spannende Weiterbildungsangebote von GABA, zum Beispiel Webinare in den Sprachen Deutsch, Französisch oder Italienisch.

Die GABA Schweiz AG freut sich auf die kommenden Veranstaltungen, ob online oder in Präsenz,

sowie auf den gemeinsamen Austausch mit den Teilnehmenden.

www.gaba-events.ch
www.gabaprofessional.ch

Kontakt:

GABA Schweiz AG
CH-4106 Therwil
Tel. +41 61 415 60 60
info@gaba.com