

## In sieben Steps zu mehr Zeit. Macht. Geld. Die Erfolgsgeheimnisse produktiver Labore

In unserer modernen Arbeitswelt dehnt sich die Verfügbarkeit oftmals so unaufhaltsam aus, dass unklar wird, ob man sich gerade im privaten oder im geschäftlichen Modus befindet. Lang ist es her, als der Arbeitstag eines Laborinhabers um 8 Uhr begann und um 18 Uhr endete, als man am Werktag arbeitete und am Wochenende frei hatte. Heute stehen unzählige Termine – in und abseits des Labors sowie Behandlungszimmers – auf der Agenda.

Um heute wettbewerbsfähig zu bleiben, sind wir gezwungen, in immer kürzerer Zeit immer mehr Informationen zu verarbeiten. Wenn es um Produktivität geht, wird diese von vielen Menschen mit dem Credo „höher, schneller, weiter“ verwechselt. Unsere To-do-Listen überwachen wir in einem ausgeklügelten Zeitmanagementsystem, lassen Termine regelmäßig auf dem Laptop updaten, haben alle Kontaktdaten auf dem Smartphone und sind fast rund um die Uhr erreichbar.

Die Anzahl der Tools, die uns dank sich rasant verändernder Kommunikationstechnik eine Zeitersparnis versprechen, nimmt kontinuierlich zu. Doch hat dies zu mehr frei verfügbarer Zeit geführt? Konnte dadurch unsere Lebensqualität gesteigert wer-

den? Das Prinzip Effizienter-tainment bedeutet: Wenn du die Dinge, die du tun musst, so schnell wie möglich tust, hast du für die Dinge, die du gerne tust, umso mehr Zeit. Nachfolgende sieben Erfolgsgeheimnisse helfen dabei, die Macht über unsere Zeit und unser Leben zurückzugewinnen.

### 1. GOAL – Motivierende Zielsetzung

Bevor wir uns wirklich erfolgreich mit dem Thema Zeitmanagement beschäftigen können, müssen wir uns zunächst einem anderen Bereich zuwenden: der Zielsetzung. Woran sollten Sie sonst messen, ob Sie Ihre Zeit gerade richtig, also zielorientiert einsetzen? Es ist leicht, sehr be-

schäftigt zu sein, ohne am Ende die wichtigen Dinge im Labor und im Leben zu erreichen. Die wichtigste Frage, die Sie sich stellen müssen, lautet deshalb: Was ist Ihre rote Fahne in den Bereichen Persönlichkeit, Beruf, Gesundheit, Vermögen, Beziehungen, Freizeit? Die Antwort auf diese Frage wird entscheidend sein für Ihre Motivation, Produktivität, Effizienz und damit natürlich für die Ergebnisse.

**zeitmanagement**  **3.0**  
Effektiv mehr Lebensqualität!



auch mit dem Sortieren der Instrumentenschub-lade totschielen oder alle paar Minuten nachsehen, ob neue SMS eingetroffen sind oder sich etwas Spannendes auf Facebook tut. Nur ist das eben kaum produktiv. Nichts hat z.B. die Arbeit im Labor so verändert wie E-Mails. Ursprünglich waren sie dazu gedacht, Kommunikationsprozesse zu vereinfachen und zu beschleunigen. Doch was ist daraus geworden? E-Mails bedingen die häufigsten Unterbrechungen des modernen Lebens. Wo bleibt die Zeit zum Arbeiten? Eine Studie der Universität London fand heraus, dass unser Intelligenzquotient im Durchschnitt um zehn Punkte abnimmt, wenn wir durch ein klingelndes Telefon oder eingehende E-Mails abgelenkt werden (das ist übrigens mehr als doppelt so viel als die Verringerung um vier Punkte, die das Rauchen eines Joints verursacht). Die Produktivität in unserer digitalen Welt ist abhängig vom Verringern der Ablenkungen. Es gilt, die E-Mail-Flut zu bändigen. Wenn Ihnen dies gelingt, werden Sie durch einen signifikanten Gewinn an Konzentration belohnt.

### 2. FOCUS – Maximale Konzentration

Wer seine Zeit optimal planen will, muss wissen, dass 20 Prozent der Aufgaben und Aktivitäten so wichtig sind, dass sich damit 80 Prozent des Arbeitserfolges erzielen lassen. Die restlichen 80 Prozent der Zeit tragen dagegen nur noch zu 20 Prozent des Ergebnisses bei. Die Effektivität einer Arbeit liegt also nicht unbedingt an der Zeit, die man zur Bewältigung benötigt, sondern stattdessen am Verhältnis vom Aufwand zum Ergebnis. Um wirklich erfolgreich zu sein, müssen wir also unsere Energie bündeln und unsere ganze Aufmerksamkeit einer einzigen Tätigkeit widmen. Sich zu konzentrieren, fällt vielen schwer. Gefühlte 99,9 Prozent (wenigstens aber 80 Prozent) der Menschen beklagen sich über einen Mangel an Zeit. Dabei handelt es sich gar nicht um einen Mangel an Zeit, sondern um einen Mangel an konzentrierter Zielorientierung. Erfolgreiche Laborinhaber haben den Drang, hochwertige Aufgaben zu erledigen, aktiv zu sein und kontinuierlich auf ihr Ziel zuzusteuern. Durch diese Handlungsorientierung nutzt man den Schwung, den man zu Beginn einer neuen Aufgabe hat, um sie schnell und effektiv zu Ende zu führen.

### 3. LIMIT – Zuverlässige Filter

Die Schwierigkeit, sich zu fokussieren, liegt in unserer Ablenkung. Klar macht es vielleicht mehr Spaß, im Internet nach neuen Methoden zu surfen, und natürlich kann man seine Zeit

### 4. RESULT – Unternehmerische Produktivität

Was ist das: Viele gehen hinein und nur wenig kommt dabei heraus? Der Blick auf die anstehenden Termine zeigt – es ist wieder Meeting-Zeit. Fast täglich erinnert uns der Kalender an zeitraubende Besprechungen, sei es mit dem Team oder neuen Zahnärzten, mit denen wir unbedingt ins Geschäft kommen wollen. Meetings gehören zu den größten Zeitfressern. Aber nicht nur das: Sie sind häufig alles andere als produktiv und motivierend. Diese Erkenntnis haben interessanterweise selten

ANZEIGE



## Hedent Inkosteam *Economy*



IDS NEUHEIT

Ein leistungsstarkes, wirtschaftliches Dampfstrahlgerät für den täglichen Einsatz im kleineren Labor und im Praxislabor. Das kompakte Gerät hat wenig Platzbedarf. Der Dampfstrahl bleibt weitgehend konstant. Das Gerät wird täglich manuell aufgefüllt. Das Kesselvolumen ist auf den Bedarf eines kleinen Labors ausgelegt. Die Füllmenge wird durch Kontrollleuchten angezeigt. Gehäuse, Kessel und Heizung sind wie alle Hedent-Geräte aus hochwertigem Edelstahl gefertigt. Das Gerät erhielt hohe Sicherheitsstandards und ist durch drei verschiedene Sicherheitssysteme abgesichert. Durch die mitgelieferte Wandhalterung hat das kompakte Gerät äußerst wenig Platzbedarf. Die elektrische Leistungsaufnahme ist gering. Die Düse am Handstück ist auswechselbar. Dadurch kann die Stärke des Dampfstrahls auf den Arbeitsbereich abgestimmt werden.

<b>Technische Daten</b>	
Höhe / Breite / Tiefe	380 / 225 / 174 mm
Gewicht	ca. 11 kg
Kesselvolumen	2300 ccm
Steuerspannung intern	24 V DC
Spannung:	220 – 230 V 50/60 Hz
Leistung:	1000 W 5 A
Leitungsabsicherung	10 A
Betriebsdruck	3,5 bar
Schutzklasse	I
Schutzgrad nach DIN IEC 598/VDE 0711:	IP21

**Hedent GmbH**

Obere Zeil 6 – 8  
D-61440 Oberursel/Taunus  
Germany

Telefon 06171-52036  
Telefax 06171-52090

info@hedent.de  
www.hedent.de

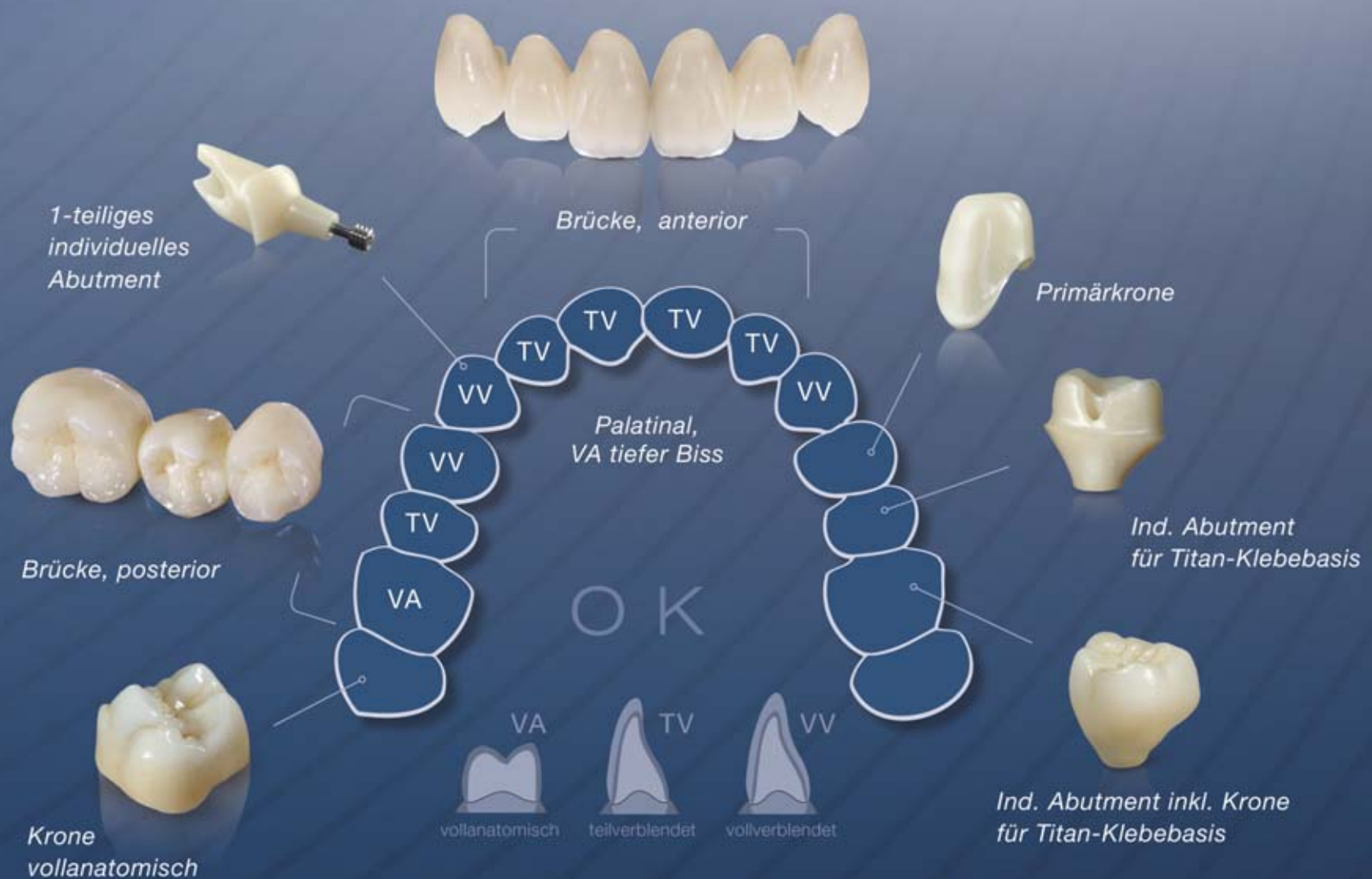
**Weitere Produkte und Informationen finden Sie auf unserer Homepage!**



Dampfdüsen 1 mm, 2 mm und 3 mm zusätzlich erhältlich.

Fortsetzung auf Seite 10 

# Cercon ht Premium Multiindikativ



**cercon® ht**

**cercon® ht**

PREMIUM  
ZIRKONOXID  
ZERTIFIZIERTE  
QUALITÄT

MADE IN GERMANY

Ob substanzschonend vollanatomisch, teil- oder vollverblendet, individuelle Abutments oder Primärkronen, das Premium- Zirkonoxid Cercon ht bietet Ihnen ein multiindikatives Spektrum in der Vollkeramik. Mit den Mal- und Verblendsystemen Cercon ceram Kiss und love, bringen Sie die herausragende Transluzenz und Ästhetik Ihrer hochwertigen Restaurationen voll zur Geltung.

Cercon ht – Das multiindikative Premium-Zirkonoxid für Labor und Praxis.

[www.degudent.de](http://www.degudent.de)

**DeguDent**  
A Dentsply Company

## ZT Fortsetzung von Seite 8

diejenigen, die die Besprechungen leiten, sondern zumeist nur die Teilnehmer. Dabei können Besprechungen durchaus nützlich sein – aber nur dann, wenn sie richtig vorbereitet und effizient abgehalten werden. Aber genau das gestaltet sich häufig ausgesprochen schwierig. Entscheiden Sie selbst, ob Sie diesen Zustand weiterhin akzeptieren oder etwas grundlegend ändern wollen.

## 5. SPEED – Wettbewerbsvorteil Geschwindigkeit

Das Gefühl, dass sich das Tempo in unserer Gesellschaft rapide beschleunigt hat, kennen wir alle. Wir sind ständig unter Strom und in Eile und versuchen fortwährend, in weniger Zeit mehr zu erledigen. Wir sind zur Effizienz gezwungen, weil wir von Informationen geradezu überflutet werden. Dabei verläuft Zeit linear und damit für jedermann gleich. Wir nehmen sie nur anders – höchst subjektiv – wahr. Und genau darin liegt eine große Chance für Laborinhaber: Unter Wettbewerbern ist es stets der Schnellste, der sich der ungeteilten Aufmerksamkeit des Zahnarztes sicher sein kann. Alle anderen Argumente vermögen nur schwer, den Boden wieder gutzumachen, der durch zu geringe Geschwindigkeit verloren wurde. Häufig sind selbst Preis und Qualität, die sowieso vorausge-



setzt wird, nicht die entscheidenden Kriterien. Was zählt, sind schnelle Ergebnisse. Das ist es, was im Zeitalter der Zeitknappheit erwartet wird. Wer vom Tempo-Trend profitieren will, muss sich Geschwindigkeit bei jeder sich bietenden Gelegenheit zunutze machen.

## 6. LIFE – Persönliche Freiheit

Ein Problem, das viele Zahntechniker kennen, ist, dass ihr Labor nicht wächst, weil sie einfach nicht genügend Zeit finden, sich um genau diesen Aspekt unternehmerisch zu kümmern. Es liegt nicht daran, dass sie den Wert ihrer Schlüsselaufgaben

nicht erkennen würden oder ihnen einfach keine Zeit widmen wollen. Es liegt schlicht und einfach daran, dass sie versuchen, viel zu viel selbst zu machen. Sie sind so damit beschäftigt, ihr Labor am Laufen zu halten, dass sie nicht dazu kommen, an ebenso wichtigen strategischen Aufgaben zu arbeiten. In einer Position, in der Sie Ihr eigenes Labor leiten, bringt Ihre Tätigkeit als selbstständiger Zahntechniker sehr viel Selbstbestimmung mit sich: Sie legen Ihren Tagesablauf selbst fest und geben anderen vor, wann, wo und wie was zu tun ist. Doch natürlich gibt es im medizinischen Bereich auch zahlreiche fremdbestimmte Herausforderungen zu meistern. Vor lauter

Alltagsgeschäft arbeiten wir fast ausschließlich „im“ statt „am“ Labor. Fragen Sie sich deshalb, welchen Bereichen im Privatleben und im Beruf Sie gerne mehr Zeit widmen würden und konzentrieren Sie sich zukünftig verstärkt genau auf diese Bereiche?

## 7. ACTION – Praktische Umsetzung

Wir leben in einer Welt, die uns überfordert. Ständig und überall. Alles dreht sich immer schneller. Wir verfügen über Know-how im Überfluss. Doch Wissen allein ist inzwischen längst kein Erfolgsgarant mehr. Das einzige, was heute über Sieg oder Niederlage – und damit oft genug übers nackte Überleben – entscheidet, sind Umsetzungsgrad und -geschwindigkeit. Es ist nicht entscheidend, dass Sie möglichst viele Ideen, Pläne oder Projekte haben. Als Laborinhaber sind Sie immer auch Unternehmer – dann unternehmen Sie auch was. Wichtig ist, dass Sie handeln. Machen Sie es nicht wie die drei Frösche, die an einem heißen Sommertag auf einer Seerose sitzen und sich über die Hitze beklagen: Zwei der Frösche beschließen, ins erfrischende Wasser zu springen. Wie viele Frösche sitzen noch auf der Seerose? Alle drei! Zwei haben zwar beschlossen, ins Wasser zu springen, doch tatsächlich gesprungen ist keiner – sie haben ihrer Entscheidung keine Aktion folgen lassen. Was Sie wirklich umsetzen, hat einen weit größeren Effekt als alles, was Sie sich nur ausdenken. Fassen Sie einen Entschluss und dann handeln Sie!

## Action Steps – Vom „Know-how“ zum „Do now“

- Bevor Sie Ihr Zeitmanagement revolutionieren können, müssen Sie Ihre Ziele formulieren. Finden Sie heraus, was Sie wirklich wollen. Was ist Ihre

rote Fahne? Wo wollen Sie in fünf bis zehn Jahren stehen?

- Notieren Sie die Schlüsselaufgaben, für die Sie in Ihrer Funktion als Zahntechniker UND Unternehmer in erster Linie verantwortlich sind.
- Vergewöhnen Sie sich vor jeder Aktivität das angestrebte Ziel. Und fragen Sie sich immer wieder: Nutze ich meine Zeit gerade optimal?
- Beginnen Sie Ihren Arbeitstag grundsätzlich nicht mit dem Abrufen von E-Mails, sondern mit Ihrer wichtigsten Aufgabe.
- Kein Meeting ohne klar definierte Ziele und ohne eine Agenda, in der diese benannt werden.
- Qualität ist selbstverständlich. Heute bekommt der schnellste Anbieter den Zuschlag. Liefern Sie, wann immer möglich, schneller als der Zahnarzt es erwartet, ganz egal, ob es sich um ein Angebot oder den Zahnersatz handelt.

## ANZEIGE

## LABOR-DOPING

Das Richtige tun, um die Zukunft zu meistern. Nutzen Sie unser **KNOWHOW** aus über 100 Jahren Erfahrung für Ihr Labor: Legierungen, Galvanotechnik, Discs/Fräser, Lasersintern, Experten für CAD/CAM u. 3shape. Das alles mit dem Plus an Service! Tel. 040/86 07 66 · www.flussfisch-dental.de

since 1911

# FLUSSFISCH

- Schieben Sie Ihr Leben nicht auf später auf. Leben Sie Ihr Leben jetzt! Wie nutzen Sie Ihre 86.400 Sekunden täglich?
- Welche Bereiche Ihrer Arbeit erledigen Sie mit viel Freude, Leidenschaft und Begeisterung besser als jeder andere?
- Was kommt hingegen in Ihrem perfekten Tag auf keinen Fall mehr vor? Lagern Sie diese Dinge konsequent aus. Ihre wichtigste Fähigkeit ist es, sich zum Handeln zu motivieren.
- Welche konkreten Maßnahmen werden Sie aufgrund dessen, was Sie in diesem Artikel gelernt haben, ergreifen?
- Der beste Moment zu handeln ist jetzt. Machen Sie die ersten Schritte innerhalb von 72 Stunden! **ZT**



Infos zum Autor

## ANZEIGE

## » Spezialisten-Newsletter

### Fachwissen auf den Punkt gebracht

Jetzt anmelden!

Anmeldeformular  
Spezialisten-Newsletter  
[www.zwp-online.info/newsletter](http://www.zwp-online.info/newsletter)  
QR-Code einfach mit dem Smartphone scannen (z. B. mit dem Reader Quick Scan)

# www.zwp-online.info

FINDEN STATT SUCHEN.

## ZT Adresse

Martin Geiger  
Effizientertainer®  
Postfach 11 01  
77842 Achern  
Tel.: 07841 6828-60  
info@martingeiger.com  
www.martingeiger.com