



Was ist die ALPEN-Methode?

Die ALPEN-Methode ist eine Möglichkeit der Arbeitsorganisation, die beim Planen von Aufgaben bzw. des eigenen Arbeitstages unterstützt.

Das Akronym steht für "Aufgaben notieren", "Längen schätzen", "Pufferzeiten einplanen", "Entscheidungen treffen" und "Nachkontrolle durchführen".

Für was steht ALPEN?

Die Methode hat mit dem gleichnamigen Gebirge nichts zu tun, so kann man sich den Namen einfach gut merken.

ALPEN ist ein Akronym, das für die folgenden Schritte steht:

A – Aufgaben und Termine notieren

Alle QM-Aufgaben und Termine werden notiert.

L – Längen schätzen

Zu jeder QM-Aufgabe wird die Zeitdauer für die Umsetzung geschätzt.

P – Pufferzeiten einplanen

Für die Umsetzung werden genügend Pufferzeiten für Unvorhergesehenes eingeplant.

E – Entscheidungen treffen

Für jede QM-Aufgabe wird die Durchführung entschieden – wer erledigt die Aufgabe, wann wird die Aufgabe erledigt, kann sie womöglich vernachlässigt werden.

N – Nachkontrolle durchführen

Die Planung für die Umsetzung der QM-Aufgaben wird überprüft – was hat funktioniert, an welchen Stellen ist zu optimieren.

ALPEN-Methode Zusammenfassung

Im Vergleich mit anderen Zeitmanagement-Verfahren kann die ALPEN-Methode relativ schnell durchgeführt werden.

Schon nach kurzer Einführungszeit sind die Schritte verinnerlicht, so dass man über die Ausführung nicht mehr bewusst nachdenkt, sondern einfach tut.

Die Schritte bauen logisch aufeinander auf. In der Gewöhnungszeit ist es wichtig, alle Schritte genau einzuhalten. Erst dann ist die Methode wirksam.



Du möchtest Impulse und Lösungen für dein Qualitätsmanagement erhalten? Diese Tipps haben wir für dich:

Du bist mindmaxx Kunde und möchtest Dich bei der Durchsicht Deines QM-Handbuchs unterstützen lassen? Was ist relevant? Haben sich durch das Erstellen eigener Dokumente Dubletten eingeschlichen?

Möchtest Du Dir die Organisationswerkzeuge zum Archivieren und Sammlungen erstellen zeigen lassen?

[mindmaxx Expert:innen-Schulung](#)

Du bist auf der Suche nach einem vorgefertigten QM-Handbuch für die Arzt/Dentalpraxis? Hier findest Du das passende QM-System für Dich:

[Zu mindmaxx](#)