Checklisten

Aus meiner Sicht eine wahre Wunderwaffe! Der große Vorteil – auch wenn dies sehr simpel klingt – liegt darin, dass du die Punkte auf deiner Liste nicht vergessen kannst, denn du hast sie ja schriftlich fixiert. Das bedeutet, dass du deine geistigen Rescourcen auch nicht darauf verschwenden musst, dich ständig an irgendwelche Punkte zu erinnern, die du noch erledigen musst.

Du bannst also all die Dinge, die dir im Kopf herumspuken, auf Papier. Das mag womöglich ganz schön viel sein, aber du wird merken, dass es dir hilft! Es funktioniert aber nur richtig, wenn du auch ehrlich bist und auch die wirklich wichtigen oder unangenehmen Punkte aufschreibst.

Übrigens ist unser Gehirn nicht für Mulittasking gemacht – auch wenn das manche behaupten. Es mag so wirken. als ob du mehrere Dinge parallel machst, doch sobald die Tätigkeiten komplexer werden, muss dein Gehirn zwischen den Aufgaben ständig hin- und herschalten.

Tipps

1. Schreibe alle Dinge auf, die zu tun sind.
2. Suche den wichtigsten Punkt aus.
3. Beginne mit diesem Punkt und konzentriere dich auf diese Aufgabe, bis sie abgeschlossen ist.

Produktivität

From:
https://herr-zimmerer.de/ - **herr-zimmerer.de**

Permanent link:
https://herr-zimmerer.de/doku.php/open:checklist?rev=1478029838

Last update: **2016/11/01 20:50**