

Mit Zeitdieben umgehen

Ärgern Sie sich öfter über Tätigkeiten, die viel Zeit kosten, aber wenig bringen? Diese Tätigkeiten sollten Sie genauer unter die Lupe nehmen, denn sie schmälern Ihre Produktivität. Deshalb werden sie als Zeitdiebe bezeichnet.

*Zeitdiebe kennt jeder und hat jeder.
Die Frage ist aber, wie Sie damit umgehen.*



BEI DEM THEMA GEHT ES UM DIE FRAGEN:

- Wie erkennen Sie Zeitdiebe?
- Wie gehen Sie mit ihnen um?
- Wie sorgen Sie für ungestörtes Arbeiten?



Kennen Sie solche Zeitdiebe, die Ihren Arbeitsfluss stören?

Welche sind das? Wie gehen Sie bisher damit um?

Keywords

Kurzzeitgedächtnis Langzeitgedächtnis Produktivität Sägezahneffekt
Störungen Tätigkeit Zeitdiebe Zwei-Minuten-Regel



Wo und wie hindern Sie selbst Ihre Produktivität? Welche Möglichkeiten haben Sie, Zeitdiebe zu vermeiden?

Zeitdieb	Möglichkeit, zu eliminieren oder zu reduzieren		Möglichkeiten, etwas zu ändern	
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig
	ja	nein	kurzfristig	langfristig

Was immer auch die Ursachen sind, die Sie am Arbeiten hindern, Sie sollten versuchen sie abzustellen. Sie kosten unnötig Zeit und mindern Ihre Produktivität.

Bitte suchen Sie sich drei Zeitdiebe heraus, die Sie als erstes angehen wollen.



Welche Zeitdiebe stören Sie besonders?



Analysieren Sie: Welche hindern Sie in welcher Weise?

Notieren Sie sich die Maßnahmen, die Sie ergreifen wollen. Meist reichen einfache Umformulierungen: *kein längeres Gespräch mit Kolleginnen und Kollegen und kein Kaffeeholen, nachdem ich eine Arbeit begonnen habe; täglich eine Stunde telefonfreie Arbeitszeit festlegen und organisieren.*



Überprüfen Sie Ihre Motivation: Wollen Sie überhaupt etwas an der Arbeitsweise ändern? Wenn Sie daran kein ausreichendes Interesse haben, ist der Erfolg gefährdet.

