

Michael Draksal

Zeitmanagement



WORKSHEET EAT THE FROG FIRST

zum Hörbuch Zeitmanagement – Werde Zeitmillionär



Eat the frog first

Es ist die vielleicht am häufigsten genannte Produktivitätstechnik: «Das Unangenehmste zuerst». Bedeutet: Was genau ist Deine schwierigste Aufgabe? Die Aufgabe, die Du am liebsten aufschieben würdest oder sogar schon seit Tagen (oder Wochen) vor Dir herschiebst? Das ist die «Kröte», Deine unangenehmste Aufgabe. Schreib sie auf:

Meine unangenehmste Aufgabe:

Der «Trick» ist nun, diese Aufgabe gleich als erstes zu machen! Nicht erst E-Mails checken. Nicht erst andere Dinge schnell erledigen, sondern die unangenehmste Aufgabe gleich als erstes erstmal erledigen. Und erst danach geht es mit dem Tagesgeschäft weiter!

Nimm Dir für jeden Tag nur eine einzige Kröte vor. Nicht mehr!

Diese eine unangenehme Aufgabe, wirklich erledigt.

Das macht etwas mit Dir!

Der Rest des Tages ist dann easy.

Werde Zeitmillionär – **WORKSHEET: EAT THE FROG FIRST**

Feedback und Erkenntnisse

Welche Schlüsse ziehst Du aus diesem Trick?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....