

Zeitdiebe identifizieren



Was sind Zeitdiebe?

Zeitdiebe können Verhaltensweisen, Tätigkeiten oder Ereignisse sein, die uns von der Bearbeitung der eigentlichen Aufgabe abhalten [1].

Beispiele für Zeitdiebe sind [2,3]:

- schlechte Prioritätensetzung
- mangelhafte Planung
- schlechte Kommunikation
- Aufschieben von Aufgaben
- Unfähigkeit, Nein zu sagen
- Konflikte und Streit
- unstrukturierte Besprechungen und Meetings
- fehlende Kompetenzen
- E-Mails
- Tablets und Smartphones
- Telefon
- Fachliteratur
- Störungen von außen
- Gefühl, überall dabei sein zu müssen und alles zu wissen

Um Zeitdiebe zu identifizieren, ist es nötig sich immer wieder selbst zu beobachten. Wofür verwenden Sie Ihre Zeit bei der Bearbeitung einer Aufgabe tatsächlich? Manche Zeitdiebe können Sie langfristig beiseiteschaffen, andere müssen tagtäglich auf's Neue entdeckt werden. Einige Maßnahmen für Zeitdiebe wie Zeitmanagementhilfen finden Sie auf der Seite.

Nutzen Sie gerne die folgende Tabelle, um Ihre persönlichen Zeitdiebe festzuhalten. Sie finden ein Beispiel in der ersten Zeile. Vielleicht fallen Ihnen ja bereits Lösungen für Ihre Zeitdiebe ein.

Meine Aufgabe	Was hält mich von der Bearbeitung ab (Zeitdiebe)?	Was kann ich dafür tun, die Aufgabe strukturiert auszuführen?
Erstellen einer Monatsübersicht in Excel	- auf's Handy schauen - Kollegen fragen etwas (kann nicht Nein sagen dann)	- Handy weglegen und zu festen Zeiten draufschauen - „nicht stören“-Schild an Tür während der Erledigung der Aufgabe

Meine Aufgabe	Was hält mich von der Bearbeitung ab (Zeitdiebe)?	Was kann ich dafür tun, die Aufgabe strukturiert auszuführen?

Quellen: [1] Baus L. (2015) *Wie realistische Zeitplanung funktioniert*. In: *Selbstmanagement: Die Arbeit ist ein ewiger Fluss*. Springer Gabler, Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-09593-2_14.
 [2] Baus L. (2015) *Wie realistische Zeitplanung funktioniert*. In: *Selbstmanagement: Die Arbeit ist ein ewiger Fluss*. Springer Gabler, Wiesbaden. https://doi.org/10.1007/978-3-658-09593-2_14.
 [3] Schneider-Blümchen S. (2013) *Zeitdiebe entlarven*. In: *Alltagsintelligenz*. Springer Gabler, Wiesbaden.