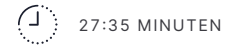




Selbstführungsflow

Um mühelos durch die unterschiedlichen Mindsets zu navigieren, brauchst du einen zuverlässigen Flow. Wir stellen dir einen vor.



Inbox durchgehen

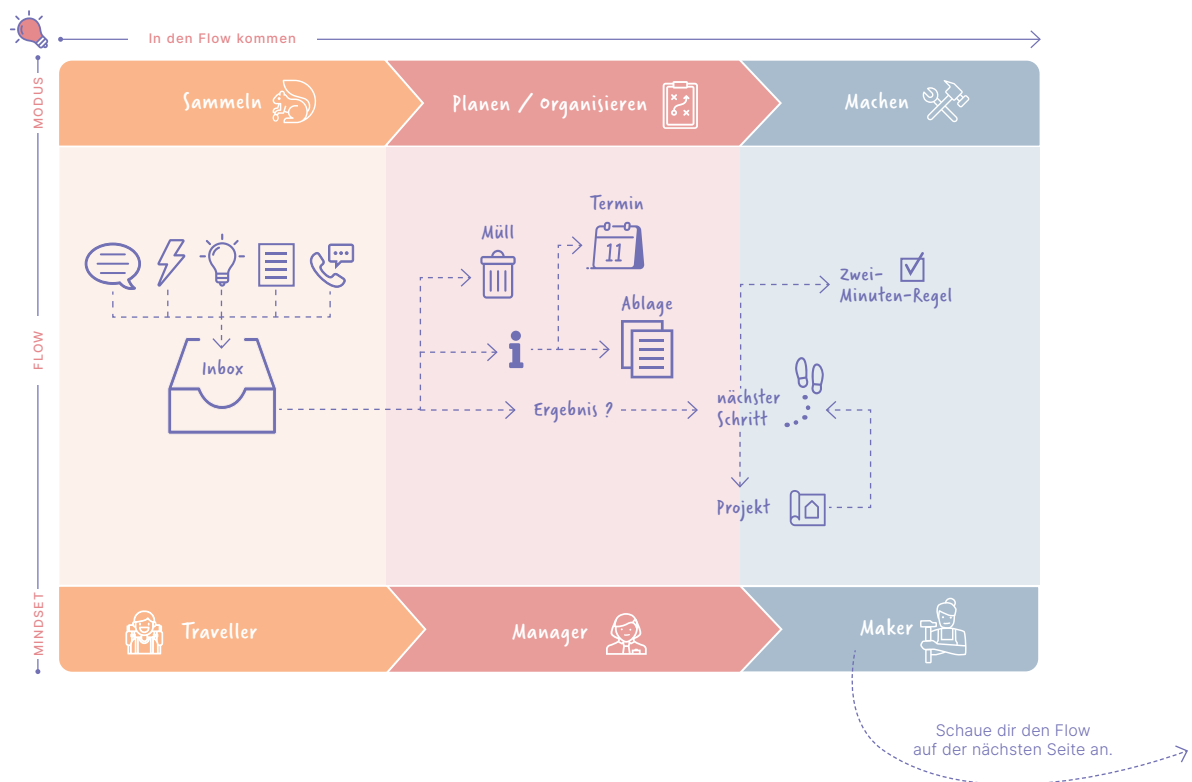
Du gehst die Spannungen in deiner Inbox von oben bis unten durch und fragst dich bei jeder als erstes: Ist sie irrelevant? Falls ja, lösche sie einfach. Als nächstes fragst du dich: Handelt es sich bei dieser Spannung um eine Information, die in den Kalender oder in eine Liste kommen sollte?

Zwei-Minuten-Regel

Falls die Antwort wieder Nein ist, handelt es sich um eine Spannung, die eine Aktion von dir (oder jemand anderem) erfordert. Frage dich nun zuerst, ob die Spannung in die Zwei-Minuten-Regel fällt. Kannst du sie in weniger als zwei Minuten lösen? Dann erledige es sofort.

Aufgaben und Projekte

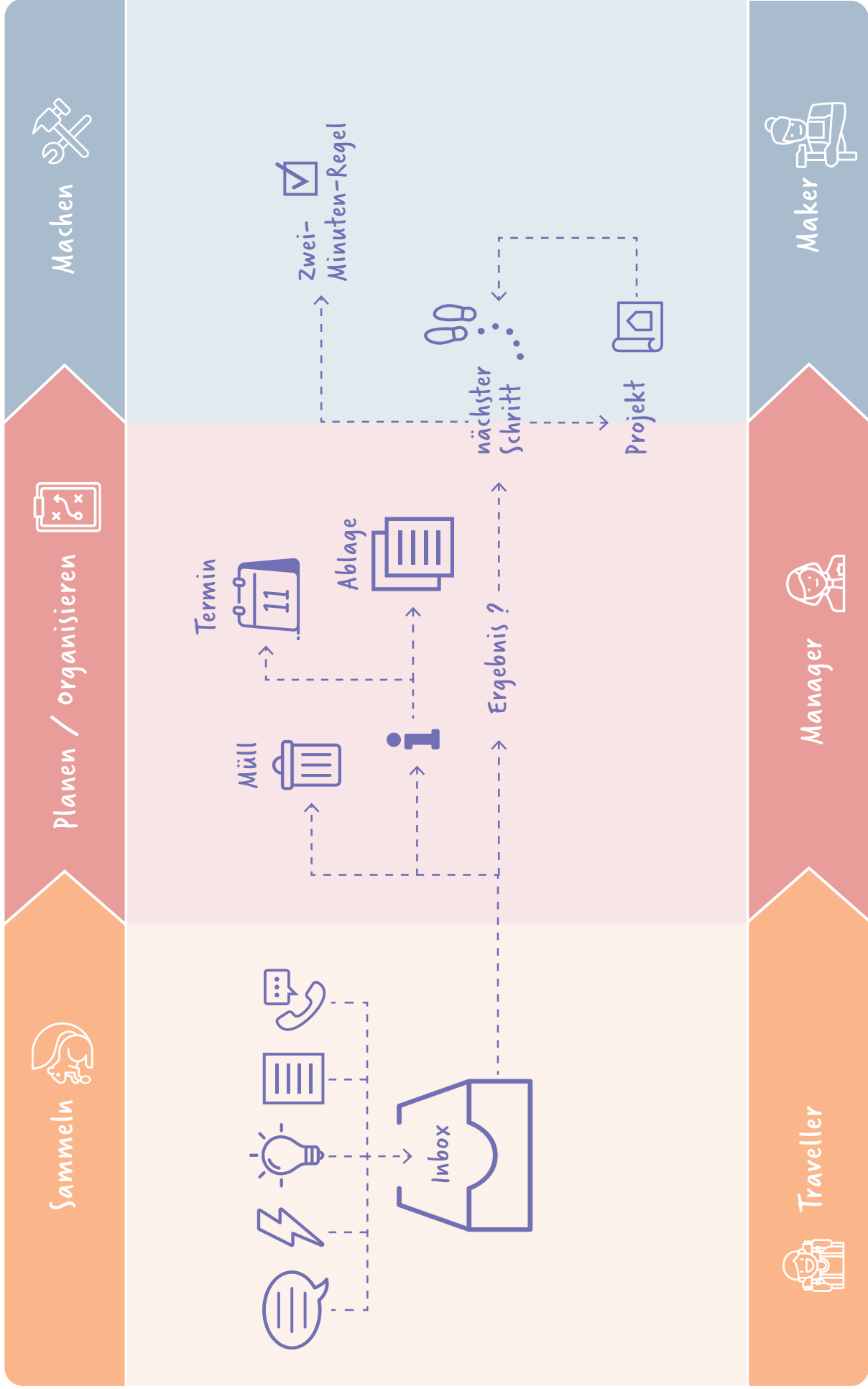
Braucht das Bearbeiten der Spannung mehr Zeit, notiere dir eine Aufgabe oder sogar ein Projekt. Vergiss bei deinen Projekten nicht, das Ergebnis des Projekts und einen konkreten nächsten Schritt, der dich diesem Ergebnis näher führt, festzuhalten.





In den Flow kommen

MODUS

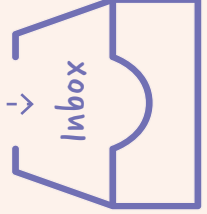


Machen



Planen / organisieren

Sammeln



Ergebnis?

Zwei-Minuten-Regel



nächster Schritt



Projekt

Maker



Manager

Traveller



FLOW

MINDSET