

CHECKLISTE “FINDE DEINE ZEITFRESSER!”



**ES GIBT EINE GANZE REIHE VON
ZEITFRESSERN, EINIGE HABE ICH FÜR DICH
NOTIERT:**



ständige Erreichbarkeit
Verkehrsstau
zu viele Besprechungen
unzuverlässige Kollegen, Mitarbeiter, Kunden...
Aufgaben nicht abgeben können
zu viel Multitasking
Probleme beim Setzen von Prioritäten



nicht “nein” sagen können
mangelnde Selbstdisziplin
zu langsames Arbeiten
Zeit unter-/überschätzen

Sonstiges



Erkennst du einen oder mehrer dieser Zeitfresser wider?

Um einen gesünderen Umgang mit der “Zeit” zu erreichen, ist es nötig die Zeitdiebe zu identifizieren.

Wie sieht deine Strategie aus, sie besser in den Griff bekommen?

**“Gelassener durchs (Arbeits)-Leben gehen”:
Das passende Coaching zum Onlinekurs**

