

Power-Tipp 05/ 2024

Brigitte's Tipp: Die wunderbare Kraft des Anfangs

Die meisten von uns kennen das: Wir stehen vor einer Aufgabe, die vielleicht sehr umfangreich ist oder wir stellen sie uns als sehr schwierig vor, weil unbekanntes Terrain. Dennoch muss die Aufgabe erledigt werden und je länger wir das vor uns herschieben, umso schlechter geht es uns.

Wir sollten also schon in unserem ureigensten Interesse überlegen, wie wir die Aufgabe am besten bewältigen.

Schaffen Sie dazu am besten ein Zeitfenster zu einem Zeitpunkt, an dem Sie am leistungsfähigsten sind und stellen Sie dann sämtliche Störungen von außen ab. Delegieren Sie Ihr Telefon an einen Kollegen, schließen Sie Ihre Bürotür – und sammeln Sie zunächst alle Informationen, die Sie zur Erledigung der Aufgabe zur Verfügung haben müssen.

Bei sehr komplexen Aufgaben ist es sinnvoll, die Aufgabe in mehrere kleine Schritte einzuteilen. So wird aus einer Riesenaufgabe, die beängstigend ist, eine viel leichter zu bewältigende Aufgabe.

Sie müssen also nur eines tun: ANFANGEN!