

Übung: Die persönliche Störzeitkurve ermitteln

Stellen Sie sich einmal einen typischen Arbeitstag vor. Gehen Sie Stunde für Stunde durch, vom Moment des Bürobetretens am Morgen bis hin zum Verlassen am Abend. Wie sieht Ihr Tagesablauf aus? Wann werden Sie am häufigsten gestört?

Tragen Sie diesen Störungsverlauf bitte in das nachstehende Raster ein:

sehr häufig												
häufig												
normal												
selten												
	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00

Uhrzeit →

Was können Sie am Verlauf Ihrer Kurve feststellen? Ich hoffe sehr für Sie, dass es Zeiten gibt mit weniger Störungen, in denen Sie Ihre wirklich wichtigen Dinge erledigen können.

Mein Tipp lautet daher: Bündeln Sie komplexe Aufgaben und überlegen Sie bei Ihrer Tagesplanung am Vorabend, wann Sie am Folgetag Störungen ausschließen können und wo Sie diese wichtigen Arbeiten möglichst ohne Unterbrechungen erledigen können.

Das hilft gleich doppelt – bei der Kundenzufriedenheit und beim effektiven Umgang mit Ihrer Zeit!