

# Arbeitsorganisation

# Worum geht es hier?

- Warum brauchen wir Organisation?
- Konkrete Strategien für verschiedene Anwendungen
- Hilfsmittel

# Warum Arbeitsorganisation?

- Lebensqualität durch:
  - weniger Stress
  - weniger Unsicherheit
  - mehr Freizeit
  - Motivation

# Let's talk about Löffel

- greifbare Einheit für meine tägliche Energie
- auch bei gesunden Menschen ist die Löffelzahl nicht unendlich, nur ausreichend
- Je älter man wird, desto wahrscheinlicher bekommt man irgendeine Art von Einschränkung.

# #selfcare

- Motivation
- Versagen
- Druck
- Zeit für sich selbst

# tägliches Überleben: Habits

- tägliche kleine Erinnerung an kleine Dinge, die man tun will
- Aufbau von positiven Gewohnheiten
- Auslagerung von mentaler Energie

# Planung: fünf kleine Wahrheiten

- Kein Plan überlebt den Erstkontakt mit der Realität.
- Ein Plan ist nur so gut, wie derjenige der ihn ausführt.
- Ein Plan bedeutet nichts, wenn man nicht an ihn glaubt.
- Sei immer skeptisch gegenüber der eigenen Planung.
- Konservative Planung ist meistens immer noch zu optimistisch.

# Projektplanung: Kanban

- Kärtchen mit Aufgaben
- drei Bereiche:
  - to-do - doing - done
- Motivation und Übersicht



# konkrete Planung: Outlining

- Gedanken aufräumen
  - Gruppieren von Themen zueinander
  - Unterthemen erstellen
  - kurz, knapp und prägnant
  - Notizen anhängen

# Planausführung: Pomodoro-Technik

1. Aufgabe schriftlich formulieren
2. Wecker auf 25 Minuten stellen.
3. Aufgabe bearbeiten, bis der Wecker klingelt, dann mit einem X markieren wo man war
4. 5 Minuten Pause
5. Alle vier Pomodori mindestens 15 Minuten Pause



by Erato on [it.wikipedia.org](https://it.wikipedia.org) BY-NC-SA

# Planausführung: Pomodoro-Technik

- Planung
- Nachverfolgung
- Aufzeichnung
- Bearbeitung
- Visualisierung



by Erato on [it.wikipedia.org](https://it.wikipedia.org) BY-NC-SA

# Unterstützung

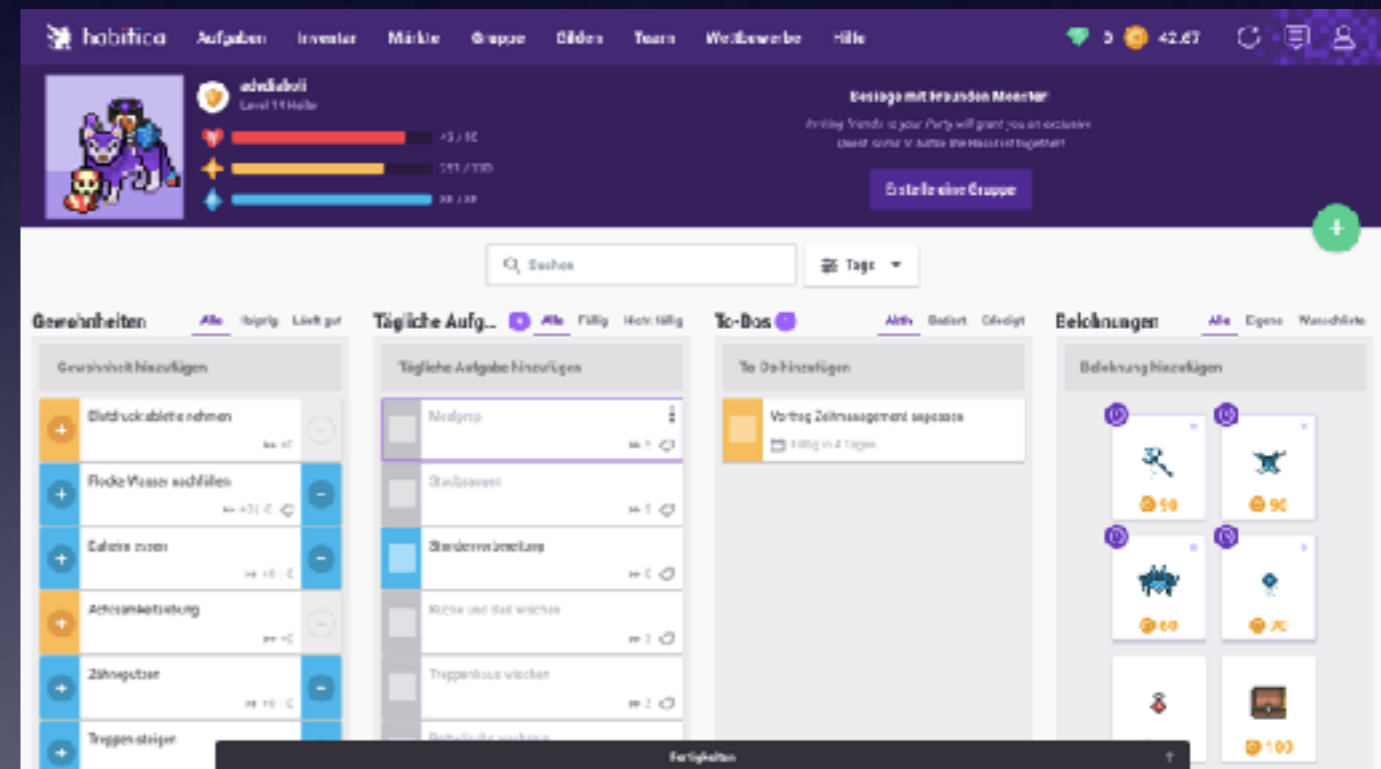
- Terminkalender
- Notizbücher
- To-Do Listen
- Outlines

# Softwarebeispiele

- Notizbücher
  - Evernote
  - Simplenote
- To-Do Listen
  - Wunderlist
  - Remember the Milk
- Kanban
  - trello.com
- Outliner
  - [workflowy.com](http://workflowy.com)
- Habittracker

# Exkurs: habitica

- Rollenspielästhetik
- Gemeinsames Arbeiten -> soziale Motivation
- To-Do und Habits in einem Topf



Noch Fragen?