

Analyse der eigenen Arbeitsorganisation

Fokus: Tagesplanung (Deep Work Ansatz)

Deep Work sind Aktivitäten, die in einem Zustand ablenkungsfreier Konzentration ausgeübt werden und Deine geistigen Kapazitäten an ihre Grenzen bringen. (nach Cal Newport)

Datum

-  = max. 4x 45 min Deep Work
-  = 2x 30 min Geschäftigkeit

