

Warum To-Do-Listen oft nicht funktionieren

To-Do-Listen sind ein bewährtes Instrument der Selbstorganisation. Gemäss einer Studie sollen Menschen sogar 9 Minuten eher einschlafen, wenn Sie für den Folgetag eine To-Do-Liste erstellt haben. Doch vielleicht kennen Sie diese Schwierigkeit: Gewisse Tätigkeiten bleiben auf der Liste geradezu kleben - Sie kriegen sie nicht abgearbeitet und übertragen sie Woche für Woche auf die nächste Liste. Der Grund liegt oft in einer fehlenden Unterscheidung.

Peter Näf

Es geht um die Unterscheidung zwischen einer Aktivität ohne Abhängigkeit und einem Projekt. David Allen hat diese Unterscheidung in seinem Klassiker der Arbeitstechnik «Wie Sie die Dinge geregelt kriegen» eingeführt. Der englische Originaltitel wurde zugleich zum Namen der Methode, die heute auch im deutschen Sprachgebrauch geläufig ist: GTD – Getting Things Done.

Ein anderes Buch zum Thema schildert dazu ein treffendes Beispiel: Die Autorin schildert, dass sie eine Aufgabe während Monaten von einer To-Do-Liste auf die nächste übertrug: «Glühbirne im Gästezimmer auswechseln». Da diese unerledigte Aufgabe bei jedem Lesen Energie kostete, hat sie sich schliesslich mal hingesetzt, um sie zu analysieren.

Unterscheidung Einzeltätigkeit und Projekt

Und dabei fiel ihr auf, dass Sie die Glühbirne gar nicht auswechseln kann, da sie zu klein ist und dafür eine Leiter bräuchte, die sie nicht hat. Sie hat dann alle Aktivitäten aufgeschrieben, die das Auswechseln der Glühbirne erfordern: Den Nachbarn anrufen, um seine Leiter auszuleihen und einen Abholtermin zu vereinbaren. Leiter abholen, Glühbirne ausschrauben und prüfen, um was für ein Modell es sich handelt. Im Haushaltgeschäft

eine neue Birne kaufen, diese einschrauben und anschliessend die Leiter zurückbringen.

Es handelte sich also nicht um eine unabhängige Einzeltätigkeit, wie sie auf eine To-Do-Liste gehört. Stattdessen war es ein kleines Projekt, bei welchem die Aktivität «Glühbirne auswechseln» erst an fünfter Stelle kommt.

Achtung vor alten Gewohnheiten

Dass reines Wissen nicht genügt und nur konsequente Anwendung Erfolg bringt, habe ich selbst erfahren. Ich habe dieses Prinzip vor einigen Jahren in Seminaren zur Arbeitstechnik gelehrt und glaubte es verinnerlicht zu haben. Trotzdem kämpfte ich auf einmal mit einer hartnäckigen, einfachen Pende: «Frau Meier anrufen und zum Lunch einladen». Klingt einfach, oder? Ein Griff zum Telefonhörer hätte genügt.

Nach Wochen des Aufschiebens habe ich mir die Aufgabe genauer angesehen und festgestellt, dass es sich dabei um ein kleines Projekt handelt: Ich hatte nämlich vergessen, wie das Restaurant heisst, in welches ich Frau Meier einladen wollte. Die nächste unabhängige Aktivität bestand also darin, den Namen des Restaurants herauszufinden. Und damit war der Bann gebrochen und der Erledigung stand nichts mehr im Weg.

Falls Sie das Buch von David Allen noch nicht kennen, empfehle ich es Ihnen dringend. Für mich gehört es zum Besten, was es zum Thema Arbeitstechnik gibt. Und jetzt wissen Sie auch, welche konkrete Aufgabe auf Ihre To-Do-Liste gehört, damit die Lektüre nicht bloss ein guter Vorsatz bleibt. Ich gebe Ihnen einen Tipp: «Das Buch von David Allen lesen» ist es nicht.

#coaching #executivecoaching #lebenslangeslernen

Weitere Artikel zu Karrierethemen
finden Sie auf meiner Homepage
<https://karrierecoaching.ch/artikel/>

