TIMEBOXING Arbeitszeit effizienter strukturieren

To Do	MO	DI	MI	DO	FR

So einfach funktioniert Timeboxing
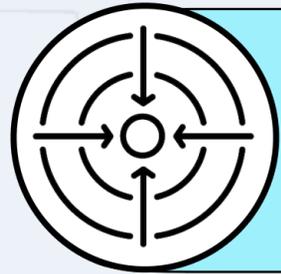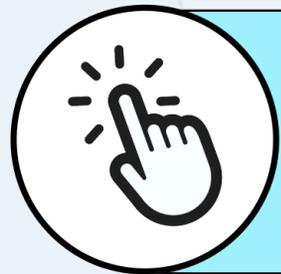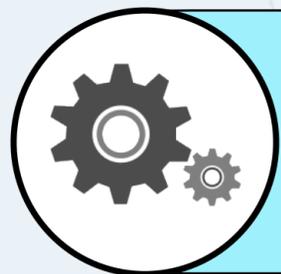
- Aufgaben und Zeitbedarf definieren
- Zeitfenster (Timeboxes) priorisieren
- Timer stellen
- Aufgaben erledigen – ohne Ablenkung
- Zeitplanung und Timeboxes verbessern