

Zeit- und Selbstmanagement

Sieck

2019

ISBN 978-3-406-74197-5

C.H.BECK

schnell und portofrei erhältlich bei
beck-shop.de

Die Online-Fachbuchhandlung beck-shop.de steht für Kompetenz aus Tradition. Sie gründet auf über 250 Jahre juristische Fachbuch-Erfahrung durch die Verlage C.H.BECK und Franz Vahlen.

beck-shop.de hält Fachinformationen in allen gängigen Medienformaten bereit: über 12 Millionen Bücher, eBooks, Loseblattwerke, Zeitschriften, DVDs, Online-Datenbanken und Seminare. Besonders geschätzt wird beck-shop.de für sein umfassendes Spezialsortiment im Bereich Recht, Steuern und Wirtschaft mit rund 700.000 lieferbaren Fachbuchtiteln.

Stichwortverzeichnis

A

A-Aufgaben 16, 29
Achtsamkeit 50
Aufschieberitis 47
Auto-Response-Nachricht 95
Autotext 75, 89

B

B-Aufgaben 16
Benachrichtigungen 43, 69
Besprechung 21, 99
 Einladung 104
 max. Teilnehmeranzahl 105
 perfekte Startzeit 101
 Protokoll 107
Betreffzeile 73, 77, 86
Bucket List 25

D

Dateiname 59
delegieren 14, 39, 48, 116
Dienstreise 95, 111
Dringlichkeit 16

E

eBay-Challenge 32
Effektivität 10
Effizienz 10
Eisenhower, Dwight D. 16
Entscheidungsraster 16

F

Fokussierung 13, 16, 27, 96,
113

G

Greenshot 61

K

Kleiderbügeltrick 33

L

Leistungsfähigkeit 20

M

Me-Time 28
Multitasking 36, 43

N

„Nein“ sagen 14, 27
Not-To-do-Liste 39, 40
Nudget 99

O

OneNote 64, 108
One Thing 26
Ordner-Struktur 81
Outlook
 Ablage-Struktur 81
 E-Mail-Struktur 87
 Regeln 71, 96
 Vorlagen 62, 77
outsourcen 115

P

Pareto, Vilfredo 27, 45
 Parkinsonsche Gesetz 21, 102
 Pausen einplanen 49
 Perfektionismus 45
 Priorität 23
 Produktivität 9
 Produktivitäts-Apps 65
 Produktivitätsspitzen 19
 Prokrastination 47

Q

QuickSteps 73, 83

R

1er-Regel 34, 38, 58
 80/20-Regel 27, 45

S

Schnellzugriff 53, 85
 Screenshot 61
 Shortcuts 57
 smart 9, 13, 25
 Störfaktoren 30
 Suppenkoma 20

T

Tagesablauf 20
 Taskleiste 55
 Tastenkombinationen 57
 Textbausteine 75
 To-do-Liste 27, 92, 93

U

Übersichtlichkeit 59, 73

V

Vision Board 26
 Vorlagen 62, 77

W

Wichtigkeit 16, 71

Z

Zeiten festlegen 43
 Zeitmanagement 16, 40
 Ziele setzen 24, 118
 zielorientiert 24