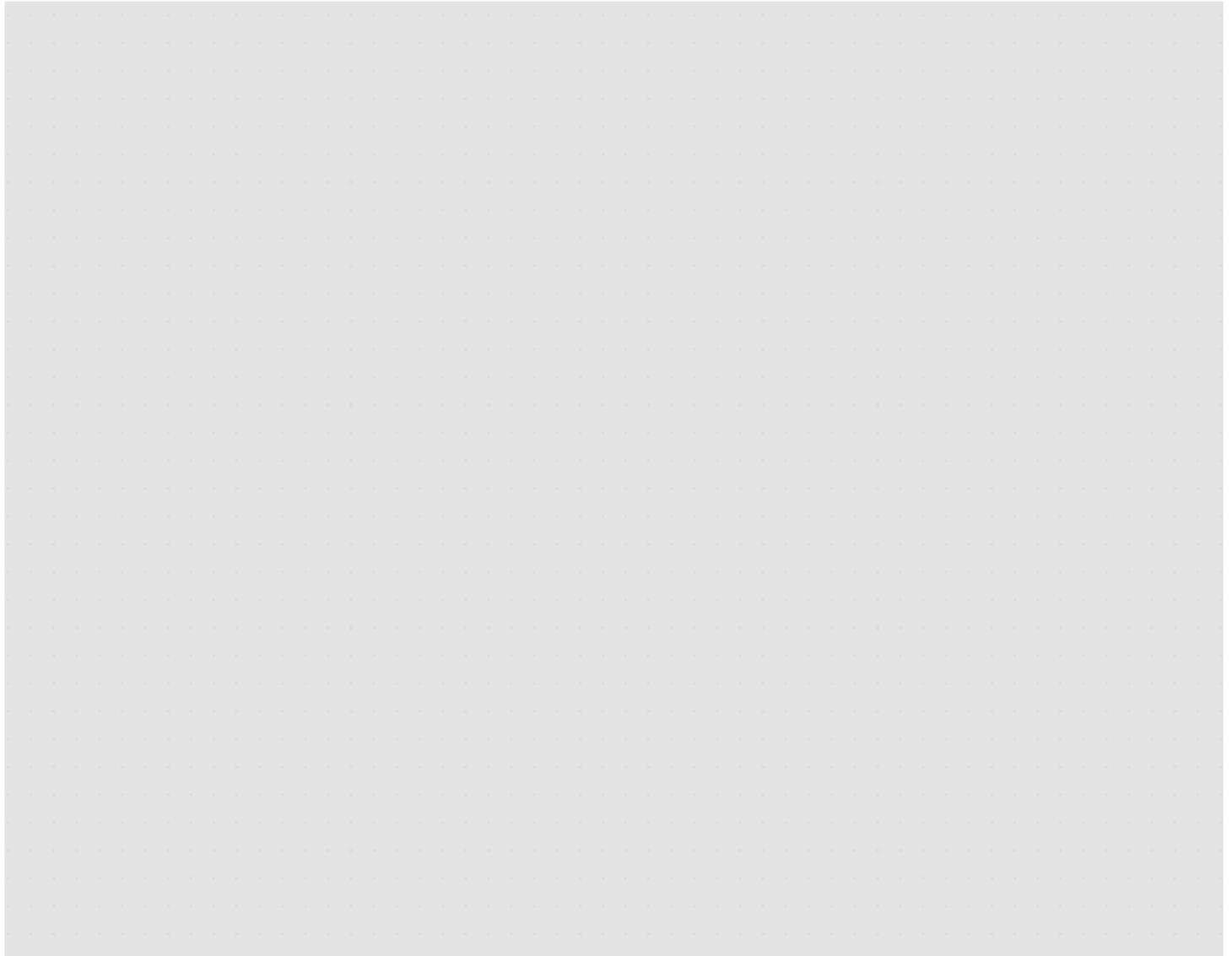


Methode:

„80/20-Regel“

Durch einen unrealistisch perfektionistischen Anspruch kann es schnell dazu kommen, dass wir uns selbst durch zu viel Arbeit sabotieren. Die 80/20 Regel hilft dabei, den Überblick zu behalten und sich dem wirklich Wichtigen zuzuwenden, statt sich mit optionalen Aufgaben zu beschäftigen.

Die obligatorischen 80%, die definitiv umgesetzt werden:



Die optionalen 20%, falls am Ende noch Zeit ist:

