VORLAGE ZUM AUSDRUCKEN

Eisenhower-Matrix

Zwei Fragen je Aufgabe: Bringt sie mein Wochenziel voran? Schließt sich ein Zeitfenster?

DATUM _____

WOCHENZIEL _____ Maßstab für wichtig

	DRINGEND	NICHT DRINGEND
WICHTIG	**1 Sofort erledigen** — Heute, selbst. Höchstens drei.	**2 Einplanen** — Termin mit Tag und Uhrzeit.
NICHT WICHTIG	**3 Delegieren** — Abgeben, verkürzen oder bündeln.	**4 Weglassen** — Streichen. Oder Später-Liste mit Datum.

1 Sofort erledigen — Heute, selbst. Höchstens drei.

☐	AUFGABE	BIS	STD.
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			

2 Einplanen — Termin mit Tag und Uhrzeit.

☐	AUFGABE	TERMIN	STD.
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			

3 Delegieren — Abgeben, verkürzen oder bündeln.

☐	AUFGABE	AN WEN, WIE	STD.
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			
☐			

4 Weglassen — Streichen. Oder Später-Liste mit Datum.

☐	AUFGABE	STD.
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		
☐		

Stunden in Feld 2: _____ von _____ verfügbaren Stunden

Vorlage von gaapp.io

BEISPIEL, AUSGEFÜLLT

Eisenhower-Matrix: Lenas Montag

Lena, selbstständige Webdesignerin, hat fünf Stunden zwischen Kita-Bringen und Abholen. Zwölf Aufgaben, 13 Stunden geschätzt.

DATUM Mo, 5. Oktober, KW 41

WOCHENZIEL Angebot für die Steuerkanzlei fertig bis Freitag

Maßstab für wichtig

	DRINGEND	NICHT DRINGEND
WICHTIG	**1 Sofort erledigen** — Heute, selbst. Höchstens drei.	**2 Einplanen** — Termin mit Tag und Uhrzeit.
NICHT WICHTIG	**3 Delegieren** — Abgeben, verkürzen oder bündeln.	**4 Weglassen** — Streichen. Oder Später-Liste mit Datum.

1 Sofort erledigen

Heute, selbst. Höchstens drei.

	AUFGABE	BIS	STD.
☑	Shop der Bäckerei reparieren, Bezahlfehler	10:30	1,5
☑	Steuerberaterin zurückrufen, Voranmeldung	11:00	0,5
☑	Hosting: fehlgeschlagene Abbuchung klären	11:30	0,25
☐			
☐			
☐			
☐			

2 Einplanen

Termin mit Tag und Uhrzeit.

	AUFGABE	TERMIN	STD.
☐	Angebot Pflegevertrag Steuerkanzlei	Mo 11:30 bis 13:30	2
☐	Portfolio: Referenz der Physiopraxis	Di 9:00	2
☐	Rechnung für das Septemberprojekt	Mi 8:30	0,5
☐			
☐			
☐			
☐			

3 Delegieren

Abgeben, verkürzen oder bündeln.

	AUFGABE	AN WEN, WIE	STD.
☐	23 E-Mails im Posteingang	20 Min. um 13:30	1
☐	Kita-Umfrage zum Elternabend	am Handy, Abholen	0,25
☐	Logo-Feedback für einen Freund	Vorschlag: Freitag	0,5
☐	Webinar „KI im Webdesign“, 14 Uhr	Aufzeichnung	1
☐			
☐			
☐			

4 Weglassen

Streichen. Oder Später-Liste mit Datum.

	AUFGABE	STD.
☐	Newsletter-Tool wechseln: Später-Liste, November	2
☐	Drei Instagram-Posts nachholen: nach dem Angebot	1,5
☐		
☐		
☐		
☐		

Stunden in Feld 2: 2 von 5 verfügbaren Stunden

Vorlage von gaapp.io