

Houd je To-do-lijst in de hand

Vorige keer heb ik met een illustratief testje aangetoond dat het zogenaamde multitasken eigenlijk heel veel tijd kost. Deze keer wil ik het graag hebben over hoe je je To-do-lijst in de hand houdt.

Jullie kennen het vast allemaal wel: je To-do-lijst voor een dag was langer dan je dacht. Je had je meer voorgenomen te doen dan dat je is gelukt op die dag. Er zijn klussen blijven liggen en dat geeft geen voldaan gevoel. Sterker nog, het levert stress op en je gaat misschien wel ontevreden naar huis.

Ga eens op zoek naar de grens van jouw werkzaamheden.

Kies uit jouw To-do-lijst een aantal taken die je vandaag gaat doen. Kies de klussen die *niet* kunnen wachten en door *jou* gedaan moeten worden. Zet deze op je 'vandaag-lijst'. Deze lijst heb je binnen handbereik en wordt niet aangevuld die dag. Als er taakverzoeken bij komen dan zet je ze op de grote To-do-lijst. De grote To-do-lijst leg je weg, evenals alle dossiers en mappen die je niet nodig hebt.

Je begint aan je eerste taak op je lijst. Je werkt geconcentreerd en gaat door tot je het af hebt. Je laat je niet storen door telefoon, e-mail of collega's voor een gezellig praatje. Neem de tijd op die het je kost. Als de klus af is, kies je de volgende taak. Die tijd neem je ook op en je werkt 'm helemaal af.

Zo krijg je inzicht, in wat je werkelijk op een werkdag af kunt maken. Heb je aan het eind van de dag nog taken over, dan ben je over de grens gegaan. Door dit een paar dagen vol te houden krijg je een reëel beeld van de tijd die een klus kost. Bovendien zul je merken dat je veel meer af kunt maken, omdat je focust op de ene taak waar je mee bezig bent.

Je 'vandaag-lijst' is helemaal afgewerkt aan het eind van je werkdag en je To-Do lijst is een verzamellijst geworden. Daar komt alles op te staan, wat gedaan kan worden. Daar kun je dagelijks taken afstrepen, deels omdat je ze echt afgehandeld hebt via je 'vandaag-lijst' en deels doordat ze niet meer nodig waren of onbelangrijk bleken te zijn. Voortaan tevreden naar huis!