

Prokrastination und mangelnde Arbeitsorganisation überwinden

Beitrag von „misspoodle“ vom 5. März 2025 12:52

Ich kann Deine Schwierigkeiten sehr gut nachvollziehen.

Mir hilft es, mir für jeden Tag nur eine Kleinigkeit vorzunehmen, also z. B. "ich werde heute 15 min Aufgabe A erledigen", anstelle von "ich muss heute Aufgabe A komplett abschließen". Und dies dann täglich wiederholen. So bekomme ich auch einiges erledigt.

Aber ich bin auch für Tipps dankbar! 😊