Wochen-Inventur

Zum Buch: Kapitel 2

Eine Woche lang bei jeder Entscheidung, über die du länger als ein paar Sekunden nachdenkst, einen Strich machen.

Bereich	Striche Mo–So	Summe
Essen und Trinken		
Kleidung		
Arbeit und E-Mails		
Geld und Einkauf		
Kontakte und Termine		
Freizeit und Medien		
Haushalt und Familie		
Gesamt		

Auswertung am Ende der Woche:

- Meine fünf häufigsten Wiederkämpfer (Entscheidungen, die jede Woche neu kommen):
- Meine Zeitfresser (zu lange für zu wenig Bedeutung):
- Meine Brocken (Entscheidungen mit echtem Gewicht):
- Das hat mich überrascht:

© 2026 Norman Kirsten