

Prioritäten und Zeitmanagement

Josia-Konferenz 2016

Jörn Hägele

Private Teile für
Veröffentlichung
zensiert.

**Wir wurden geschaffen, um Dinge zu tun.
Wir wurden für gute Werke erschaffen.**

Wir wurden für gute Werke erschaffen.

Ablauf

Teil 1: Grundlagen

Warum gute Werke tun?

Was sind gute Werke?

Logische Grundprinzipien für Zeitmanagement

Teil 2: Theorie der Praxis

Ebenen der Zeitplanung

Teil 3: Tipps zum Dranbleiben

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Warum gute Werke tun?

Die Idee

- Unsere Werke sollten aus unserer Freude entspringen!
- Dankbarkeit, Genuss, hoffnungsvolle Erwartung

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Warum gute Werke tun?

Die Idee

- Unsere Werke sollten aus unserer Freude entspringen!
- Dankbarkeit, Genuss, hoffnungsvolle Erwartung

Das Problem

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Warum gute Werke tun?

Die Idee

- Unsere Werke sollten aus unserer Freude entspringen!
- Dankbarkeit, Genuss, hoffnungsvolle Erwartung

Das Problem

Die Lösung

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Warum gute Werke tun?

Die Idee | Das Problem | Die Lösung

Zusammenfassung

1. Wir wurden geschaffen, um gute Werke zu tun.
2. Gute Werke entspringen der Freude an Gott.
3. Als Sünder haben wir keine Dankbarkeit Gott gegenüber, wir genießen Gott nicht und wir haben keine hoffnungsvolle Erwartung an Gott.
4. Verbunden mit Jesus sind wir frei von unserem sündhaften Wesen.
5. Verbunden mit Jesus können wir zu neuer Freude an Gott zurückgelangen.

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Was sind gute Werke?

- Gute Werke **verherrlichen Gott** (vgl. Mt. 5,16).

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Was sind gute Werke?

- Gute Werke verherrlichen Gott (vgl. Mt. 5,16).
- Gute Werke sind gut, weil sie **gut für andere** sind (z. B. 1. Tim. 6,18).

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Was sind gute Werke?

- Gute Werke verherrlichen **Gott** (vgl. Mt. 5,16).
- Gute Werke sind gut, weil sie gut für **andere** sind (z. B. 1. Tim. 6,18).
- **DOPPELGEBOT DER LIEBE!** (Mt. 22, 37-40)

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Kauft die rechte Zeit aus!

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Kauft die rechte Zeit aus!

⁶Niemand verführe euch mit leeren Worten! Denn dieser Dinge wegen kommt der Zorn Gottes über die Söhne des Ungehorsams. ⁷Seid also nicht ihre Mitteilhaber!

⁸Denn einst wart ihr Finsternis, jetzt aber seid ihr Licht im Herrn. Wandelt als Kinder des Lichts ⁹– denn die Frucht des Lichts besteht in lauter Güte und Gerechtigkeit und Wahrheit –, ¹⁰indem ihr prüft, was dem Herrn wohlgefällig ist.

¹¹Und habt nichts gemein mit den unfruchtbaren Werken der Finsternis, sondern stellt sie vielmehr bloß! ¹²Denn was heimlich von ihnen geschieht, ist selbst zu sagen schändlich. ¹³Alles aber, was bloßgestellt wird, das wird durchs Licht offenbar; ¹⁴denn alles, was offenbar wird, ist Licht. Deshalb heißt es: „Wache auf, der du schläfst, und stehe auf von den Toten!, und der Christus wird dir aufleuchten!“

¹⁵Seht nun genau zu, wie ihr wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise! ¹⁶Kauft die rechte Zeit aus! Denn die Tage sind böse. ¹⁷Darum seid nicht töricht, sondern versteht, was der Wille des Herrn ist! ¹⁸Und berauscht euch nicht mit Wein, worin Ausschweifung ist, sondern werdet voller Geist, ¹⁹indem ihr zueinander in Psalmen und Lobliedern und geistlichen Liedern redet und dem Herrn mit eurem Herzen singt und spielt!

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Kauft die rechte Zeit aus!

⁶Niemand verführe euch mit leeren Worten! Denn dieser Dinge wegen kommt der Zorn Gottes über die Söhne des Ungehorsams. ⁷Seid also nicht ihre Mitteilhaber!

⁸Denn einst wart ihr Finsternis, jetzt aber seid ihr Licht im Herrn. **Wandelt als Kinder des Lichts** ⁹– denn die Frucht des Lichts besteht in lauter Güte und Gerechtigkeit und Wahrheit –, ¹⁰indem ihr prüft, was dem Herrn wohlgefällig ist.

¹¹Und habt nichts gemein mit den unfruchtbaren Werken der Finsternis, sondern stellt sie vielmehr bloß! ¹²Denn was heimlich von ihnen geschieht, ist selbst zu sagen schändlich. ¹³Alles aber, was bloßgestellt wird, das wird durchs Licht offenbar; ¹⁴denn alles, was offenbar wird, ist Licht. Deshalb heißt es: „Wache auf, der du schläfst, und stehe auf von den Toten!, und der Christus wird dir aufleuchten!“

¹⁵Seht nun genau zu, wie ihr wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise! ¹⁶**Kauft die rechte Zeit aus! Denn die Tage sind böse.** ¹⁷**Darum seid nicht töricht, sondern versteht, was der Wille des Herrn ist!** ¹⁸Und berauscht euch nicht mit Wein, worin Ausschweifung ist, sondern **werdet voller Geist**, ¹⁹indem ihr zueinander in Psalmen und Lobliedern und geistlichen Liedern redet und dem Herrn mit eurem Herzen singt und spielt!

Das Evangelium und gute Werke

Kauft die rechte Zeit aus!

⁶Niemand verführe euch mit leeren Worten! Denn dieser Dinge wegen kommt der Zorn Gottes über die Söhne des Ungehorsams. ⁷Seid also nicht ihre Mitteilhaber!

⁸Denn einst wart ihr Finsternis, jetzt aber seid ihr Licht im Herrn. **Wandelt als Kinder des Lichts** ⁹– denn die Frucht des Lichts besteht in lauter Güte und Gerechtigkeit und Wahrheit –, ¹⁰indem ihr prüft, was dem Herrn wohlgefällig ist.

¹¹Und habt nichts gemein mit den unfruchtbaren Werken der Finsternis, sondern stellt sie vielmehr bloß! ¹²Denn was heimlich von ihnen geschieht, ist selbst zu sagen schändlich. ¹³Alles aber, was bloßgestellt wird, das wird durchs Licht offenbar; ¹⁴denn alles, was offenbar wird, ist Licht. Deshalb heißt es: „Wache auf, der du schläfst, und stehe auf von den Toten!, und der Christus wird dir aufleuchten!“

¹⁵Seht nun genau zu, wie ihr wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise! ¹⁶**Kauft die rechte Zeit aus! Denn die Tage sind böse.** ¹⁷**Darum seid nicht töricht, sondern versteht, was der Wille des Herrn ist!** ¹⁸Und berauscht euch nicht mit Wein, worin Ausschweifung ist, sondern **werdet voller Geist**, ¹⁹indem ihr zueinander in Psalmen und Lobliedern und geistlichen Liedern redet und dem Herrn mit eurem Herzen singt und spielt!

Das Evangelium und

Epheser 1,9–10

Kolosser 1,9

Kauft die rechte Zeit aus!

⁶Niemand verführe euch mit leeren Worten! Denn dieser Dinge wegen kommt der Zorn Gottes über die Söhne des Ungehorsams. ⁷Seid also nicht ihre Mitteilhaber!

⁸Denn einst wart ihr Finsternis, jetzt aber seid ihr Licht im Herrn. **Wandelt als Kinder des Lichts** ⁹– denn die Frucht des Lichts besteht in lauter Güte und Gerechtigkeit und Wahrheit –, ¹⁰indem ihr prüft, was dem Herrn wohlgefällig ist.

¹¹Und habt nichts gemein mit den unfruchtbaren Werken der Finsternis, sondern stellt sie vielmehr bloß! ¹²Denn was heimlich von ihnen geschieht, ist selbst zu sagen schändlich. ¹³Alles aber, was bloßgestellt wird, das wird durchs Licht offenbar; ¹⁴denn alles, was offenbar wird, ist Licht. Deshalb heißt es: „Wache auf, der du schläfst, und stehe auf von den Toten!, und der Christus wird dir aufleuchten!“

¹⁵Seht nun genau zu, wie ihr wandelt, nicht als Unweise, sondern als Weise! ¹⁶**Kauft die rechte Zeit aus! Denn die Tage sind böse.** ¹⁷Darum seid nicht töricht, *sondern versteht, was der Wille des Herrn ist!* ¹⁸Und berauscht euch nicht mit Wein, worin Ausschweifung ist, sondern **werdet voller Geist**, ¹⁹indem ihr zueinander in Psalmen und Lobliedern und geistlichen Liedern redet und dem Herrn mit eurem Herzen singt und spielt!

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und

Kauft die rechte Zeit aus!

Der Wille des Herrn

Epheser 1,9–10

Kolosser 1,9

Teil 1: Grundlagen

Das Evangelium und gute Werke

Kauft die rechte Zeit aus!

- Beten, dass wir den Willen Gottes erkennen.
- Der Wille Gottes hat etwas mit dem Zusammenleben mit anderen zu tun.

Teil 1: Grundlagen

Das biblische Fundament

Wir sollten all unsere Zeit so einsetzen,
dass wir in Freude
an dem sich in Christus offenbarenden
dreieinigen Gott
zum Guten unserer Nächsten
überfließen.

Ablauf

Teil 1: Grundlagen

Warum gute Werke tun?

Was sind gute Werke?

Logische Grundprinzipien für Zeitmanagement

Teil 2: Theorie der Praxis

Ebenen der Zeitplanung

Teil 3: Tipps zum Dranbleiben

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

- „Selbstmanagement“
ist besser als „Zeitmanagement“
- Prioritäten beschreiben, dass etwas wichtiger ist als etwas anderes
 - Hier nicht: **Was** ist wichtig(er)?
 - Sondern: **Wie** setze ich Prioritäten um?

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

- „Selbstmanagement“
ist besser als „Zeitmanagement“
- Prioritäten beschreiben, dass etwas wichtiger ist als etwas anderes
 - Hier nicht: **Was** ist wichtig(er)?
 - Sondern: **Wie** setze ich Prioritäten um?

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

1. Die Erfüllung unserer Pläne ist nur nebensächlich. Die Liebe ist hauptsächlich.
2. Die wechselseitige Beeinflussung von Groß und Klein ist kein Dilemma, sondern Vorteil.
3. Das Kopf-frei-Prinzip.

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

1. Die Erfüllung unserer Pläne ist nur nebensächlich.
2. Die wechselseitige Beeinflussung von Groß und Klein ist kein Dilemma, sondern Vorteil.
3. Das Kopf-frei-Prinzip.

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Grundideen:

- Wichtiges zuerst
- Keine Ablenkung (→ Liebe zu den Nächsten)

Teil 1: Grundlagen

Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Grundideen:

- Wichtiges zuerst
- Keine Ablenkung (→ Liebe zu den Nächsten)

Umsetzung:

- Alles aufschreiben
- Erinnerungen einstellen

Teil 1: G

Logische

Das Kopf-frei-Prinzip

Umsetzung:

- **Alles aufschreiben**

- Aufgaben (→ Aufgabenliste) *[Haben eine Deadline!]*

- Termine (→ Kalender) *[Start- und Endpunkt]*

- Ideen (→ Archiv) *[Später evtl. wichtig]*

- **Erinnerungen einstellen**

(oder regelmäßig durchgehen)

Teil 1: Grundlagen Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Grundideen:

- Wichtiges zuerst
- Keine Ablenkung (→ Liebe zu den Nächsten)

Umsetzung:

- Alles aufschreiben
- Erinnerungen einstellen

Teil 1: G

Logische

Das Kopf-frei-Prinzip

Umsetzung:

**DAS WICHTIGSTE
NICHT VERGESSEN!!!**

Alle Eingangsfächer asap leeren!

- Schreibtisch leer
- Mail-Postfach leer
- ...

Teil 1: Grundlagen Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Grundideen:

- Wichtiges zuerst
- Keine Ablenkung (→ Liebe zu den Nächsten)

Umsetzung:

- Alles aufschreiben
- Erinnerungen einstellen

Teil 1: G Logische

Das Kopf-frei-Prinzip

Teil 1: Grundlagen Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Grundideen:

- Wichtiges zuerst
- Keine Ablenkung (-> Liebe zu den Nächsten)

Umsetzu???

- Alles aufschreiben
- Erinnerungen einstellen

Teil 1: G Logische

Das Kopf-frei-Prinzip

Eine Grenze:

Zwei-Minuten-Regel

(ZMR)

Alles, was weniger als zwei Minuten dauert
(und gerade wichtig genug ist, in den nächsten zwei Minuten
gemacht zu werden), wird sofort gemacht.

Teil 1: Grundlagen Logische Grundlagen

Das Kopf-frei-Prinzip (KfP)

Grundideen:

- Wichtiges zuerst
- Keine Ablenkung (-> Liebe zu den Nächsten)

Umsetzung???

- Alles aufschreiben
- Erinnerungen einstellen

Mein Setup zum KfP und zur ZMR

Aufgaben

Todoist

Termine

aCalendar

(Google Kalender)

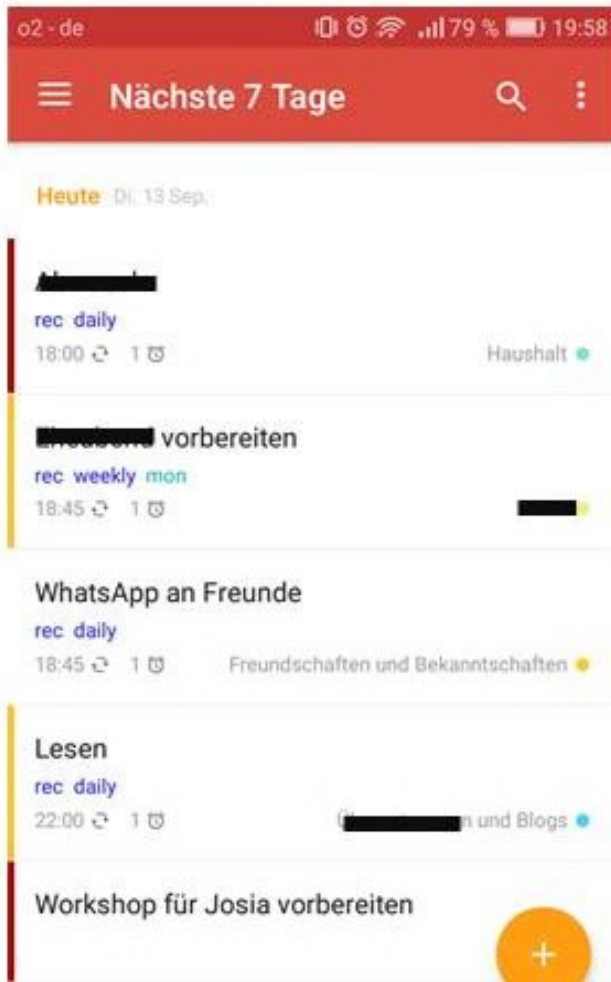
Ideen

Google Keep

Mein Setup zum KfP und zur ZMR

Aufgaben

Todoist



Vorteile [nur pro]:

- Projekte & Labels & Filter (→ Sortieren)
- Erinnerungen
- (Fast) alle Plattformen
- Sehr schnelle und intuitive Eingabe

- Eingang
- Heute 8
- Nächste 7 Tage 36
- Projekte
- Etiketten
- Filter
- D_Uni heute
- D_Uni Diese Woche
- D_P1 heute
- D_P1&2 heute
- D_Privat heute
- D_Unregelmäßig heute
- D&W_P1 Woche
- D&W_P1&2 Woche
- W_Privat diese Woche
- D&W_Unregelmäßig diese Woche
- D_Unsortierte ohne

Heute Die 13 Sep

- Workshop für Josia vorbereiten Josia
- [Redacted]
- Moderationen für Josia vorbereiten Josia
- Aufgabe hinzufügen

Heute Die 13 Sep

- 18:00 Abwasch Haushalt
- 18:45 [Redacted] vorbereiten
- 18:45 WhatsApp an Freunde Freundschaften und Bekan...
- 22:00 Lesen [Redacted] und Blogs
- Workshop für Josia vorbereiten Josia

Uni test



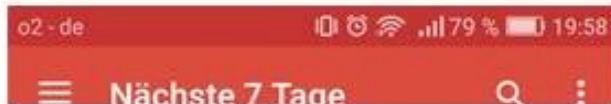
Keine Hauptaufgabe



Mein Setup zum KfP u

Aufgaben

Todoist



Termine

aCalendar

(Google Kalender)

- Intuitive Bedienung
- Viele Einstellungsmöglichkeiten
- Gutes Widget
- Schneller Wechsel zwischen Ansichten (Woche, Monat, ...)



Mein Setup zum KfP und zur ZMR

Ideen

Google Keep

Vorteile:

- Notizen mit Erinnerungen versehen
- Wenig Ablenkung



Einschub

Mein Setup zum KfP und zur ZMR

Gedanke: Ich könnte
doch mal meinen
Bruder anrufen



Dauert länger als
zwei Minuten?



Aufgaben

Termine

Ideen

Einschub

Mein Setup zum KfP und zum ZMP

Gedanke: Ich könnte doch mal meinen Bruder anrufen

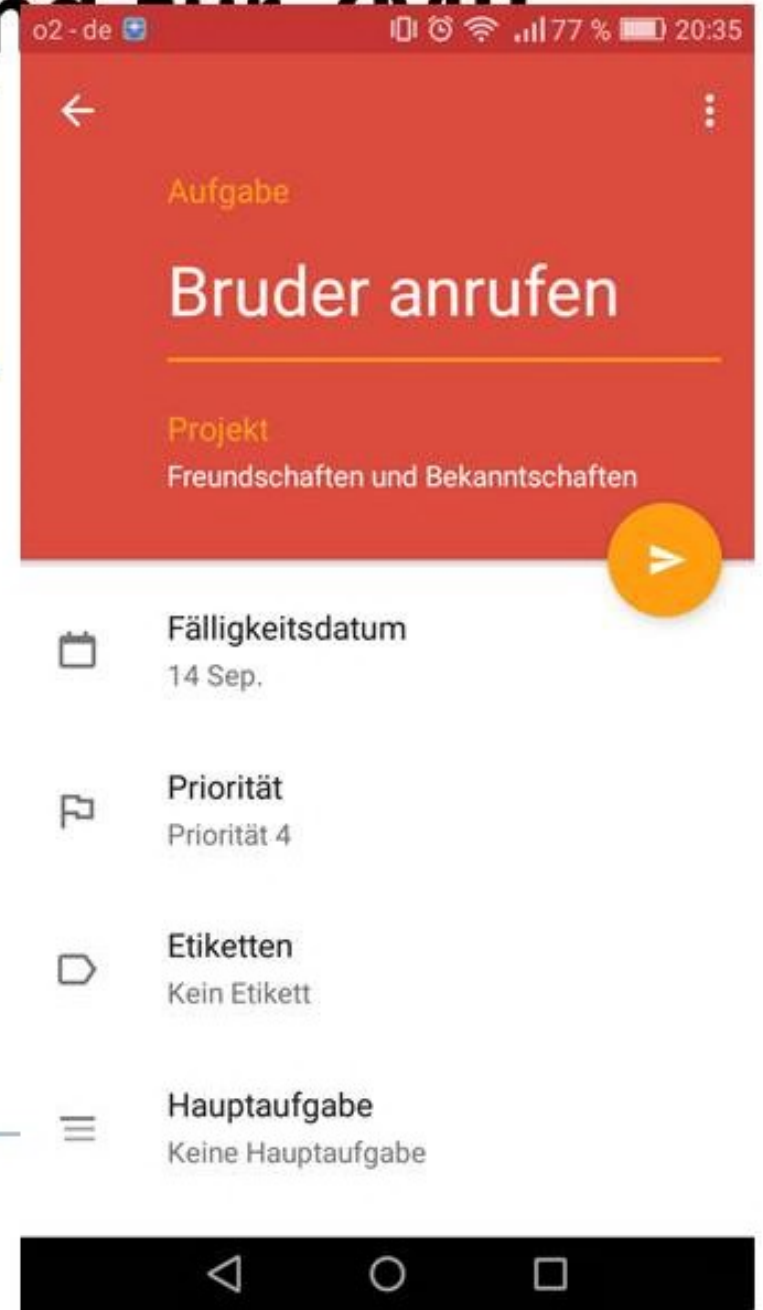


Dauert länger als zwei Minuten?



Aufgaben

Termine



Ablauf

Teil 1: Grundlagen

Warum gute Werke tun?

Was sind gute Werke?

Logische Grundprinzipien für Zeitmanagement

Teil 2: Theorie der Praxis

Ebenen der Zeitplanung

Teil 3: Tipps zum Dranbleiben

Ablauf

Teil 1: Grundlagen

Warum gute Werke tun?

Was sind gute Werke?

Logische Grundprinzipien für

Teil 2: Theorie der Praxis

Ebenen der Zeitplanung

Teil 3: Tipps zum Dranbleiben

Das große Ganze
Leben, Rolle

Das Aktuelle
Jahres- oder Halbjahresplan

Die Details
Monat, Woche, Tag

Teil 2: Theorie der Praxis

Übersicht



Teil 2: Theorie der Praxis

Übersicht



Das Aktuelle
Jahres- oder
Halbjahresplan

*Welche Ziele habe ich?
Was sind meine regelmäßigen Aufgaben und Termine?*

Die Details
Monat,
Woche, Tag

Was ist gerade los?

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?



- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Jeder Christ ist von Gott zu einer Arbeit berufen.

Wo hat Gott mich gerade hingestellt?

*Wo möchte Gott mich als dienendes Werkzeug
gebrauchen?*

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Jeder Christ ist von Gott zu einer Arbeit berufen.

Wo hat Gott mich gerade hingestellt?

Wo möchte Gott mich als dienendes Werkzeug gebrauchen?

Ich bin ...

- Kind Gottes
- Ehemann/Ehefrau
- Vater/Mutter
- Kind in der Familie
- Gemeindemitglied
- Arbeiter/Chef/...
- Schüler/Student/...
- ...

Noch sortieren!

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- **Mission & Vision**
- Lebensplan

Mission: Der Zweck, zu dem Du lebst.
Vision: Langzeit-Ziel

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Mission: Der Zweck, zu dem Du lebst.
Vision: Langzeit-Ziel

Beispiel:

Ich existiere, um mich an Gott zu erfreuen und in der Freude überzufließen, so dass ich anderen gerne mit den Gaben, die Gott mir gegeben hat, diene und Gott auch im Leben anderer verherrlicht wird.

Ich möchte mit meinen musikalischen Begabungen der Gemeinde dienen, damit sie Gott voll Freude Loblieder singt. Ich möchte mein strukturiertes Denken so einsetzen, dass ich Gott am Arbeitsplatz ... Ich möchte in meiner Ehe ...

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen

Mission: Der Zweck, zu dem Du lebst.
Vision: Langzeit-Ziel

- Mission & Vision

Beispiel:

Ich existiere, um mich an Gott zu erfreuen und in der Freude überzufließen, so dass ich anderen gerne mit den Gaben, die Gott mir gegeben hat, diene und Gott

- Lebensplan

Jonathan Edwards: Resolutions

<https://puritanum.files.wordpress.com/2010/12/resolutions-deutsch.pdf>

<http://www.desiringgod.org/articles/the-resolutions-of-jonathan-edwards> [Mit Kategorien]

Ich mochte in meiner Ehe ...

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Wo stehe ich jetzt?

Wo möchte ich hin? Was möchte ich erreichen?

Beispiel:

Jetzt Theologiestudent, jetzt Single

Möchte Gemeinde im Osten gründen

Möchte viele Kinder

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Jeder Christ ist von Gott zu einer Arbeit berufen.

*Wo hat Gott mich gerade hingestellt?
Wo möchte Gott mich als dienendes
Werkzeug gebrauchen?*

Mission: Der Zweck, zu dem Du lebst.

Vision: Langzeit-Ziel

Beispiel:

Ich existiere, um mich an Gott zu erfreuen und in der Freude überzufließen, so dass ich anderen gerne mit den Gaben, die Gott mir gegeben hat, diene und Gott auch im Leben anderer verherrlicht wird.

Ich möchte meine musikalischen Begabungen nicht unter den Scheffel stellen, sondern genug üben, um der Gemeinde zu

Ich bin ...

- Kind Gottes
- Ehemann/Ehefrau
- Vater/Mutter
- Kind in der Familie
- Gemeindemitglied
- Arbeiter/Chef/...
- Schüler/Student/...
- ...

Teil 2: Theorie der Praxis

Das große Ganze

Wofür ist

berufen?

- Rollen
- Mission
- Lebens

zu einer Arbeit

hingestellt?
dienendes

Noch im Prozess!

Mission: Der Zwe
Vision: Langzeit-Z

Beispiel:

Ich existiere, um
überzufließen, so
Gott mir gegeben
verherrlicht wird.

ottes
nn/Ehefrau
Mutter
der Familie
ndemitglied

- Arbeiter/Chef/...
- Schüler/Student/...
- ...

Ich möchte meine musikalischen Begabungen nicht unter den
Scheffel stellen, sondern genug üben, um der Gemeinde zu

UND DU?

Wofür ist mein Leben gut? & Wozu bin ich berufen?

- Rollen
- Mission & Vision
- Lebensplan

Jeder Christ ist von Gott zu einer Arbeit berufen.

*Wo hat Gott mich gerade hingestellt?
Wo möchte Gott mich als dienendes
Werkzeug gebrauchen?*

Mission: Der Zweck, zu dem Du lebst.

Vision: Langzeit-Ziel

Beispiel:

Ich existiere, um mich an Gott zu erfreuen und in der Freude überzufließen, so dass ich anderen gerne mit den Gaben, die Gott mir gegeben hat, diene und Gott auch im Leben anderer verherrlicht wird.

Ich möchte meine musikalischen Begabungen nicht unter den Scheffel stellen, sondern genug üben, um der Gemeinde zu

Ich bin ...

- Kind Gottes
- Ehemann/Ehefrau
- Vater/Mutter
- Kind in der Familie
- Gemeindemitglied
- Arbeiter/Chef/...
- Schüler/Student/...
- ...

Teil 2: Theorie der Praxis

Das Aktuelle

- Jedes Jahr oder jedes Halbjahr:
 - Das große Ganze durchgehen und reflektieren

—————> *Richtung*

Teil 2: Theorie der Praxis

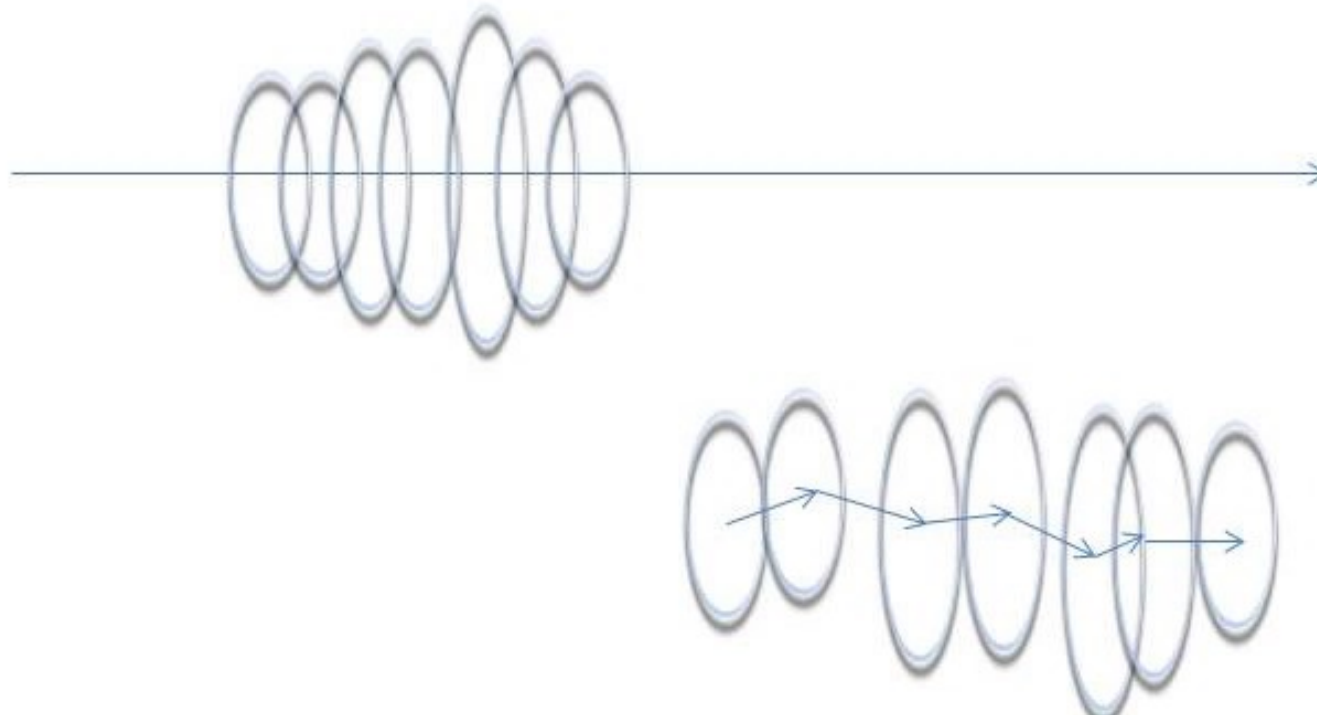
Das Aktuelle

- Jedes Jahr oder jedes Halbjahr:
 - Das große Ganze durchgehen und reflektieren
 - Grundstruktur für kommenden Zeitraum festlegen



Das Aktuelle

- Jedes Jahr oder jedes Halbjahr:
 - Das große Ganze durchgehen und reflektieren
 - Grundstruktur für kommenden Zeitraum festlegen



Das Aktuelle

- Jedes Jahr oder jedes Halbjahr:
 - Das große Ganze durchgehen und reflektieren
 - Anschließend:
 - Was sind meine Ziele (zu den Rollen)?
 - Wie will ich die Ziele erreichen? (Methoden)
 - Was sind derzeit meine regelmäßigen Termine?
(Passen diese Termine zu meinen Prioritäten?)
 - Wie sollen meine Wochen und Tage grundsätzlich strukturiert sein?

Teil 2: Theorie der Praxis

Das Aktuelle

- Jedes Jahr oder jedes Halbjahr:
 - Das große Ganze durchgehen und reflektieren
 - Anschließend:
 - Was sind meine **Ziele** (zu den Rollen)?
 - Wie will ich die **Ziele** erreichen? (Methoden)
 - Was sind derzeit meine regelmäßigen Termine?
(Passen)
 - Wie sollen sie strukturiert sein?
strukturiere

Zwei Kategorien für Ziele:

- Dranbleiben / Dienen
- Vertiefen / Überraschen

- Jedes Jahr od
- Das große Ga
- Anschließend

- 4. Als Student
 - a. Am Ball bleiben und gute Noten schreiben
 - b. Erfahrungen im Unterrichten sammeln
 - c. Vertiefen und Sonderthemen behandeln
- 5. Als Freund
 - a. Christen erbauen
 - i. Gute Freundschaften erhalten
 - ii. Neue Jugendliche integrieren
 - b. Weitere gute Freundschaften erhalten
 - c. Neue Freundschaften in der Uni knüpfen und Zeugnis sein

• Was sind meine Ziele (zu den Rollen)?

• Wie will ich die Ziele erreichen? (Methoden)

- [4a]: (i) Immer zur Uni gehen, (ii) Pausen machen
- [4b]: (i) Übungsgruppe leiten, (ii) Nachhilfe geben
- [4c] [REDACTED]
- [5a] [REDACTED]
- sch [REDACTED]
- [5a] [REDACTED]
- [5b]: Regelmäßig Mails an [REDACTED]
- [5c] [REDACTED]

UND DU?

- Jedes Jahr od...
- Das große Ga...
- Anschließend

- ... schreiben
- ... Erfahrungen im Unterrichten sammeln
- ... Vertiefen und Sonderthemen behandeln
- 5. Als Freund
 - a. Christen erbauen
 - i. Gute Freundschaften erhalten
 - ii. Neue Jugendliche integrieren
 - b. Weitere gute Freundschaften erhalten
 - c. Neue Freundschaften in der Uni knüpfen und Zeugnis sein

• Was sind meine Ziele (zu den Rollen)?

• Wie will ich die Ziele erreichen? (Methoden)

- [4a]: (i) Immer zur Uni gehen, (ii) Pausen machen
- [4b]: (i) Übungsgruppe leiten, (ii) Nachhilfe geben
- [4c] [REDACTED]
- [5a] [REDACTED]
- sch [REDACTED]
- [5a] [REDACTED]
- [5b]: Regelmäßig Mails an [REDACTED]
- [5c] [REDACTED]

Teil 2: Theorie der Praxis

Das Aktuelle

- Jedes Jahr oder jedes Halbjahr:
 - Das große Ganze durchgehen und reflektieren
 - Anschließend:
 - Was sind meine Ziele (zu den Rollen)?
 - Wie will ich die Ziele erreichen? (Methoden)
 - Was sind derzeit meine regelmäßigen Termine?
(Passen diese Termine zu meinen Prioritäten?)
 - Wie sollen meine Wochen und Tage grundsätzlich strukturiert sein?

Uhrzeit	Aktivität (Mo bis Fr)	Samstag	Sonntag
05:00			
05:15			
05:30			
05:45			
06:00	Aufstehen, Rückenübungen		
06:15	Duschen		
06:30	Gebet und Frühstück		
06:45			
07:00	Bibel lese (2K)	Aufstehen, Rückenübungen	
07:15		Duschen	
07:30		Gebet und Frühstück	
07:45			
08:00		Bibel lese (4K)	
08:15			
08:30			
08:45			
09:00		Wochenreflexion und -plan	
09:15			
09:30			
09:45			
10:00			
10:15			
10:30			
10:45			
11:00			
11:15			
11:30			
11:45			
12:00			
12:15			
12:30			
12:45			
13:00			
13:15			
13:30			
13:45			
14:00			
14:15			
14:30			
14:45			
15:00			
15:15			
15:30			
15:45			
16:00			
16:15			

Teil 2

Das Aktuelle

- Raster (5, 15 oder 30 Minuten)
- Regelmäßige Termine eintragen
- Methoden von oben einsortieren

Uhrzeit	Aktivität (Mo. bis Fr)	Samstag	Sonntag
05:00			
05:15			
05:30			
05:45			17:00
06:00	Aufstehen, Rückenübungen		
06:15	Duschen		
06:30	Gebet und Frühstück		
06:45			17:15 Gebet und Bibellese (1K)
07:00	Bibellese (2K)	Aufstehen, Rückenübun	17:30 Feierabend
07:15		Duschen	17:45 Zu Hause
07:30		Gebet und Frühstück	18:00
07:45			18:15
08:00		Bibellese (4K)	18:30
08:15			18:45 Aufgaben und
08:30			Termin (19:00-11:00)
08:45			
09:00		Wochenreflexion und -p	
09:15			
09:30			
09:45			19:00
10:00			19:15
10:15			19:30 Termine
10:30			(Hauskreis,
10:45			
11:00			
11:15			
11:30			
11:45			
12:00			
12:15			19:45
12:30			20:00
12:45			20:15
13:00			20:30
13:15			20:45
13:30			21:00
13:45			21:15
14:00			21:30
14:15			21:45
14:30			22:00
14:45			22:15
15:00			22:30
15:15			
15:30			
15:45			
16:00			
16:15			

**Achtung(!):
Ebene 3 (Details)
beeinflusst meine
Wochenplanung
(Aufgaben-Zeitfenster)**

Das große Ganze und Das Aktuelle

- Anmerkungen?
- Fragen?
- Sonst: Zeit für Notizen.

Teil 2: Theorie der Praxis

Ebenen der Zeitplanung

Teil 3: Tipps zum Dranbleiben

Das große Ganze
Leben, Rolle

Das Aktuelle
Jahres- oder Halbjahresplan

Die Details
Monat, Woche, Tag

Ablauf

Teil 1: Grundlagen

Warum gute Werke tun?

Was sind gute Werke?

Logische Grundprinzipien für

Teil 2: Theorie der Praxis

Ebenen der Zeitplanung

Teil 3: Tipps zum Dranbleiben

Das große Ganze
Leben, Rolle

Das Aktuelle
Jahres- oder Halbjahresplan

Die Details
Monat, Woche, Tag

Teil 2: Theorie der Praxis

Die Details

- *Wenn der Wochenplan steht, muss man sich nur noch daran halten?!*
- Jetzt kommt Spontaneität ins Spiel!
 - Monatlich Abweichungen vom Terminplan vorausdenken
 - Wöchentlich Abweichungen vom Terminplan verwalten und Aufgaben vorsortieren
 - Täglich: Inbox und Aufgaben leeren

Teil 2: Theorie der Praxis

Die Details

- *Wenn der Wochenplan steht, muss man sich nur noch daran halten?!*
- Jetzt kommt Spontaneität ins Spiel!
 - Monatlich Abweichungen vom Terminplan vorausdenken
 - Wöchentlich Abweichungen vom Terminplan verwalten und Aufgaben vorsortieren
 - Täglich: Inbox und Aufgaben leeren

Teil 2: Theorie der Praxis

Die Details

Monatlich

- Monatsansicht vom Kalender öffnen
(Monatsfilter bei todoist nutzen)
- Was steht diesen **Monat** Besonderes an?
 - Aufgaben
 - Termine
 - Ziele
- Muss ich irgendeine **Woche** umstrukturieren?
 - Was kann man vorziehen / nach hinten schieben?

Teil 2: Theorie der Praxis

Die Details

Wöchentlich

- **Wochen**ansicht vom Kalender öffnen
(**Wochen**filter bei todoist nutzen)
- Was steht diese **Woche** Besonderes an?
 - Aufgaben
 - Termine
 - Ziele
- Muss ich irgendeinen **Tag** umstrukturieren?
 - Was kann man vorziehen / nach hinten schieben?

Die Details

Täglich

- Am Ende jeden Tages ***für den nächsten Tag***
- Verschieben, um die Inboxen zu **leeren**

Die Details

Täglich

Eisenhower-Matrix

		Dringlichkeit	
		hoch	niedrig
Wichtigkeit	hoch	1	2
	niedrig	3	4

- Prioritäten bestimmen, wie weit etwas verschoben wird.
- Hilft auch für den Überblick über die ganzen Aufgaben.

Teil 2: Theorie der Praxis

Rückblick

- Täglich
 - Beten
 - Leere Inboxen
- Wöchentlich
 - Woche durchgehen
 - Aufgaben vorsortieren
- Monatlich
 - Termine für den Monat planen
- Halbjährlich
 - Das große Ganze
 - Rollen, Mission, Vision, Resolutions
 - Das Aktuelle
 - Ziele, Methoden
 - Wochenplan

Teil 3: Dranbleiben

Der Wochenrückblick

Teil 3: Dranbleiben

Der Wochenrückblick

- Bisher: Vorausdenken
- Jetzt: Reflektieren

Kernfrage: Ist die Woche so verlaufen, dass das Zeitmanagement seinen Zweck erfüllt hat?

Teil 3: Dranbleiben

Der Wochenrückblick

Praktische Ideen:

- Wochenreflexion schreiben
- Reflexionsfragen beantworten und durchgehen
- Mit einem Freund die Woche reflektieren
(am besten mit Kriterien)
- ...

Nimm die Planungen der oberen Ebenen hinzu!

Ausgewogenheit: Lob und Kritik

Teil 3: Dranbleiben

Der Wochenrückblick

Gründe für den Wochenrückblick

- Danke Gott für das gute der letzten Woche und vergiss es nicht (aufschreiben!).
- Erkenne Deine Sünde und Fehlbarkeit und nimm die Vergebung Jesu in Anspruch.
- Verlaufe Dich nicht in den Irrwegen dieser Welt, sondern richte den Blick auf das Ziel: Jesus im Himmel.

Teil 3: Dranbleiben

Rückblick

- Täglich
 - Beten
 - Leere Inboxes
- Wöchentlich
 - Woche durchgehen
 - Aufgaben vorsortieren
 - **WOCHENRÜCKBLICK**
- Monatlich
 - Termine für den Monat planen
- Halbjährlich
 - Das große Ganze
 - Rollen, Mission, Vision, Resolutions
 - Das Aktuelle
 - Ziele, Methoden
 - Wochenplan

Tools, Freunde und das Wesentliche

- Selbstmanagement
 - ist nicht für uns selbst (sondern für Gott und Menschen)
 - geht nicht alleine (sondern nur mit Hilfe)
 - Beten
 - Apps und Notizbücher
 - Freunde

Tools, Freunde und das Wesentliche

- Selbstmanagement
 - ist nicht für uns selbst (sondern für Gott und Menschen)
 - geht nicht alleine (sondern nur mit Hilfe)
 - Beten
 - Apps und Notizbücher
 - Freunde

Tools, Freunde und das Wesentliche

- Selbstmanagement
 - ist nicht für uns selbst (sondern für Gott und Menschen)
 - geht nicht alleine (sondern nur mit Hilfe)
 - Beten
 - Apps und Notizbücher
 - Freunde

Teil 3: Dranbleiben

Das Evangelium als Rahmen

- Jesus von vorne bis hinten!
 - Ziel
 - Wir wollen Jesus ähnlicher werden,
indem wir unsere Zeit gut auskaufen
 - Dadurch ehren wir Gott
 - Dadurch lieben wir die Menschen

Teil 3: Dranbleiben

Das Evangelium als Rahmen

- Jesus von vorne bis hinten!
 - Ziel
 - Strukturen
 - Plane Zeit für „Füllphasen“ ein (vgl. Aspekte in Mahaney, 2006)
 1. Christozentrische Bibelveise auswendiglernen
 2. Christozentrisch beten
 3. Christozentrisch singen
 4. Christozentrisch reflektieren
 5. Christozentrisches *Bibelstudium*

Teil 3: Dranbleiben

Das Evangelium als Rahmen

- Jesus von vorne bis hinten!
 - Ziel
 - Strukturen
 - Demut & Vergebung
 - Nicht nach Plan zu leben, macht uns demütig
 - Unsere Zeit nicht auszukaufen wirft uns auf Christus

Teil 3: Dranbleiben

Das Evangelium als Rahmen

- Jesus von vorne bis hinten!
 - Ziel
 - Strukturen
 - Demut & Vergebung
 - Identität
 - Unsere Identität liegt nicht in unserem Tun, sondern in Christus!

Teil 3: Dranbleiben

Das Evangelium als Rahmen

Jeder Tag muss Christuszentriert sein,

- weil Gott in Christi Kreuzestod die Vergebung bereithält, die wir täglich benötigen,
- weil Gott in Christus täglich dafür sorgt, dass Seine Arbeit eines Tages getan sein wird (und weil Er immer das erledigt, was zu erledigen ist),
- weil Gott uns zuerst berufen hat, seine Kinder zu sein und erst dann seine Arbeiter.

Teil 3: Dranbleiben

Das Evangelium als Rahmen

Jeder Tag muss Christuszentriert sein,

- weil Gott in Christi Kreuzestod die Vergebung bereithält, die wir täglich benötigen,
 - weil Gott in Christus täglich dafür sorgt, dass Seine Arbeit eines Tages getan sein wird (und weil Er immer bereit ist, was zu erledigen ist),
 - weil Gott uns als seine Arbeiter und Kinder zu sein und erst dann seine Arbeiter.
- denn nur dann
ist unsere Zeit
nicht verschwendet!**

Literatur

- <http://www.cjmahaney.com/blog/biblical-productivity/> [Zu Rollen, Zielen; und allgemein]
- <https://www.whatsbestnext.com/resources/productivity/> [Viele praktische Hinweise]
- Keller, T. (2014): Berufung – Eine neue Sicht für unsere Arbeit. Gießen, Basel: Brunnen Verlag. [Evangeliums-basierte Theologie der Arbeit]

Quellen

- Mahaney, C. (2006): Living the Cross Centered Life. Colorado Springs, CO: Multnomah Books.