**To Do Listen und Tagesplaner, wie kann ich am besten meinen Tag organisieren Teil 2**

Um bei der aktuellen Lage nicht zu Hause durchzudrehen, hilft dir vielleicht ein Tagesplaner. So kannst du deinen Tag strukturieren und verlierst nicht den Überblick. Daher habe ich hier ein paar Tipps für dich wie du dir einen Übersichtlichen Tagesplan erstellen kannst. Nimm dir dafür am Morgen Zeit, setzte dich mit einem Getränk hin und mache dir Gedanken was du an diesem Tag alles tun und erreichen möchtest. Ein Tagesplaner soll dir aber auch dabei helfen einen Überblick über den Tag zu behalten. So kannst du überprüfen ob du genug getrunken oder Sport gemacht hast außerdem kannst du durch eine genaue Zeitleiste alles rechtzeitig erledigen.

Also schnappe dir ein Blatt Papier oder die Vorlage die im Anhang ist und fange an deinen Tag zu planen. Hier ein paar Tipps worauf du achten solltest:

1. Nicht zu viel an einem Tag

Nimm dir nicht zu viel vor für den Tag damit du alles schaffen kannst. Hier bei könntest du einen Teil der Aufgabe auf einen Zettel schreiben den du mit einem Stern versehen kannst. Das sind deine Zusatz Aufgaben die du angehen kannst wenn du mit den anderen Sachen fertig bist oder sie am nächsten Tag einfügen. Außerdem solltest du darauf achten in deiner Zeitleiste etwas Puffer zwischen den einzelnen Aufgaben zu lassen. Manchmal brauch man eben etwas länger und manchmal kürzer damit sich dein Plan nicht zu sehr verschiebt ist es so besser.

1. Strukturierung

Bei der Einteilung deines Tages solltest du Versuchen es etwas nach Themen zu machen. Ich meine damit, dass du z.B. Putzsachen am Vormittag machst und in den Garten am Nachmittag gehst und nicht mal das eine ne Stunde und dann das andere. So kannst du dich ganz auf deine Aufgaben konzentrieren. Außerdem solltest du Pausen einplanen. Wann du diese Pausen brauchst entscheidest du, auch was du in den Pausen machen möchtest. Somit kannst du auch schauen ob du mal früh aufstehst oder einfach ausschläfst. Teste einfach ein paar Tage aus was dir wie am beste hilft Produktiv zu sein.

Und wenn du mal keine Lust auf eine Aufgabe hast oder sie später machen möchtest ist das kein Problem, verschiebe sie einfach oder erledige sie am nächsten Tag Hauptsache sie wird irgendwann gemacht.

Ich hoffe es hat dir etwas helfen können. Am einfachsten ist es wenn du ein paar Gedanken machst und es ausprobierst denn nur so entwickelst du deinen eigenen Persönlichen Tagesplan der an allen Tagen unterschiedlich sein darf. Ihr könnt gerne euch bei Fragen an mich wenden oder mir eure Ergebnisse zeigen. Viel Spaß beim Erstellen eures Tagesplanes.