

Muss ich das machen?

Vier Wörter. Vier Prüfungen. Ein klarer Blick.



Muss

Notwendig?

Ist die Aufgabe
zwingend, oder
kann sie ohne
Schaden
wegfallen?



Ich

Meine Rolle?

Bin ich die richtige
Person, oder sollte
das jemand
anderes tun?



Das

Richtige Form?

Diese Aufgabe, in
dieser Form, jetzt?
Steht der Aufwand
zum Ergebnis?



Machen

Handeln?

Muss gehandelt
werden, oder
genügt
beobachten und
abwarten?

Muss ich das machen?

„Ich habe keine Zeit“ ist selten ein Mengenproblem. Häufiger werden Aufgaben erledigt, die wenig Mehrwert haben, die eigentlich jemand anderes machen sollte, oder die in dieser Form gar nicht nötig sind. Dieses Werkzeug hilft dir, eine Aufgabe ehrlich zu prüfen, bevor du dich hineinkniest. Am Ende weißt du, ob du sie weglassen, abgeben, verschlanken, verschieben oder bewusst beibehalten willst.

Der Trick: Die Frage „Muss ich das machen?“ wird nicht als Ganzes beantwortet, sondern Wort für Wort. Vier Wörter, vier Prüfungen:

- Muss prüft die Aufgabe: Ist sie wirklich zwingend?
- Ich prüft die Rolle: Bin ich die richtige Person?
- Das prüft den Kontext: Diese Aufgabe, in dieser Form, jetzt?
- Machen prüft die Handlungsnotwendigkeit: Muss überhaupt gehandelt werden?

Du brauchst dafür etwa zwanzig Minuten, dieses Blatt, einen Stift, einen Ort, an dem du nicht gestört wirst, und eine konkrete Aufgabe, die du prüfen willst.

So gehst du vor

1. Wähle EINE konkrete Aufgabe, die regelmäßig Zeit kostet und bei der du leichten Widerwillen spürst. Nicht die ganze To-Do-Liste, sonst verliert sich die Schärfe. 2. Geh die vier Wörter nacheinander durch und beantworte sie schriftlich. 3. Sei ehrlich, nicht streng. Es geht ums Prüfen, nicht ums Verurteilen. 4. Tipp zur Vorbereitung: Wer eine Woche lang seine Aufgaben notiert und kurz bewertet, sieht schnell, welche Aufgabe sich für diese Prüfung lohnt.

Die Aufgabe, die ich prüfe:

Muss: Prüft die Aufgabe

Ist diese Aufgabe wirklich zwingend erforderlich, oder kann sie ohne Schaden wegfallen?

Welche Aufgabe erledigst du, ohne dass du den ursprünglichen Grund dafür noch kennst?

Was würde konkret passieren, wenn diese Aufgabe ersatzlos wegfiel? Wer würde es merken?

Welches Ergebnis deiner Arbeit liest, nutzt oder fordert am Ende eigentlich niemand ein?

Ich: Prüft die Rolle

Bin ich die richtige Person, oder sollte das jemand anderes tun? Hier wird die Prüfung oft unbequem.

Gehört diese Aufgabe wirklich in deinen Verantwortungsbereich, oder bist du nur eingesprungen?

Wer könnte sie fachlich genauso gut oder besser erledigen?

Wenn du ehrlich bist: Was hält dich an der Aufgabe fest, obwohl jemand anderes sie übernehmen könnte? (Gewohnheit, Sicherheit, das Gefühl, den Überblick zu haben?)

Das: Prüft den Kontext

Diese Aufgabe, in dieser Form, zu diesem Zeitpunkt? Es geht um Proportionalität.

Muss die Aufgabe in genau diesem Umfang sein, oder gäbe es eine schlankere Variante mit demselben Nutzen?

Steht der Aufwand im Verhältnis zum Ergebnis?

Ist jetzt der richtige Zeitpunkt, oder erledigst du sie nur, weil sie gerade auftaucht?

Machen: Prüft die Handlungsnotwendigkeit

Muss hier wirklich aktiv gehandelt werden, oder reicht beobachten und abwarten? Diese Frage schützt vor blindem Aktionismus.

Muss hier wirklich aktiv gehandelt werden, oder würde beobachten und abwarten genügen?

Welche Situationen lösen sich erfahrungsgemäß von selbst, wenn du nicht sofort eingreifst?

Wo könnte zu frühes Eingreifen die Lage sogar verschlechtern?

Wenn die Antwort „eigentlich nicht“ ist, sich aber nichts ändert

Manchmal beantwortest du die Frage ehrlich mit „eigentlich nicht“ und hältst trotzdem an der Aufgabe fest. Dann lohnt der genauere Blick: Oft gibt es einen verborgenen Gewinn, etwa die Sicherheit, gebraucht zu werden, oder das Vermeiden eines überfälligen Gesprächs. Das ist kein Versagen, sondern ein Hinweis, dass die Reflexion tiefer gehen darf.

Welcher verborgene Gewinn könnte dich an der Aufgabe festhalten? Was gibt sie dir, das du sonst woanders holen müsstest?

Dein nächster Schritt

Lies deine Antworten in Ruhe. Was nimmst du dir konkret vor?

Was tue ich mit dieser Aufgabe? (weglassen, abgeben, verschlanken, später, bewusst beibehalten) Und was ist der erste kleine Schritt diese Woche?

Wann ein Coaching hilfreich ist

Diese vier Prüfungen sind ein Reflexionswerkzeug, kein Freifahrtschein. Wenn du merkst, dass du dieselbe Frage immer wieder mit „eigentlich nicht“ beantwortest und sich trotzdem nichts ändert, steckt oft mehr dahinter, als eine einzelne Frage lösen kann. In solchen Momenten hilft ein Gespräch mit jemandem, der die richtigen Fragen stellt, nicht die richtigen Antworten hat. Ein unverbindliches Telefonat zur Themenprüfung dauert 15-20 Minuten, ist kostenfrei und kein Verkaufsgespräch.

Mehr zur Methode

hermannssohnconsulting.de/blog/muss-ich-das-machen

Kontakt

Jan-Aiko Berends · Business Coach · Hermannssohn Consulting

+49 176 75 75 04 16 · info@hermannssohnconsulting.de · hermannssohnconsulting.de