

Die Vorteile von To-do-Listen

1. Sie reduzieren die Angst vor dem Lebenschaos
2. Sie geben Struktur
3. Sie sind ein Beleg, dass wir etwas geleistet haben
4. Sie beruhigen
5. Sie zeigen was ich gemacht habe
6. Sie fördern die Konzentration
7. Sie teilen den Tag in mungerechte Happen