

Checkliste: „Versteht mein Zukunfts-Ich das?“

Nutze diese Checkliste vor dem Speichern einer wichtigen Notiz oder beim kurzen Review.

Wenn du mehr als 1–2 Mal „**Nein**“ antwortest, fehlt Klarheit.

Schnellcheck (30–60 Sekunden)

- Verstehe ich den Inhalt ohne Nachdenken?
(Kein Grübeln, kein „Was meinte ich damit?“)
- Ist der Kontext klar?
(Woher stammt die Information? In welcher Situation entstand sie?)
- Ist der Zweck benannt?
(Wofür brauche ich diese Notiz später?)
- Sind Abkürzungen oder Insider-Gedanken erklärt?
(Oder nur für mein „Ich von jetzt“ verständlich?)
- Gibt es eine Einordnung oder Verknüpfung?
(Projekt, Thema, Frage, andere Notiz)
- Ist klar, ob daraus eine Handlung folgt – oder nicht?
(Next Action oder bewusst keine)

Faustregel

Wenn du die Notiz in 5 Sekunden nicht einordnen kannst, fehlt dem zukünftigen Ich etwas Entscheidendes.