

**Modell/ Technik:** ABC-Methode  
nach H. Ford Dickie

**Kinderleicht zum besseren Zeitmanagement**

ABC – easy as one, two, three: Leichter geht's ja kaum, oder? Wichtig wäre nur zu wissen, was genau jetzt eigentlich so easy von der Hand geht: Bei der ABC-Methode handelt es sich um eine Zeitmanagement-Methode, mithilfe derer Du Deinen Alltag strukturierter und effizienter gestalten kannst. Wie genau das funktioniert, erklären wir Dir hier!

**Was ist die ABC-Methode?**

Die ABC-Methode fußt auf einem ähnlichen Prinzip wie die Eisenhower-Methode. Es geht hierbei allerdings nicht nur um die Priorisierung und Wichtigkeit von Aufgaben, sondern auch darum, wie viel tatsächliche Zeit diese Aufgaben beanspruchen. Die ABC-Analyse geht auf H. Ford Dickie, damals Manager bei General Electric (heute bekannt unter dem Markennamen GE), zurück, der sie 1951 als betriebswissenschaftliche Methode einführte. Vielleicht erinnerst Du Dich noch an das Pareto-Prinzip? Auch diese Überlegungen werden bei der ABC-Methode berücksichtigt. Seit der Erfindung dieser Methode hat sich gezeigt: Sie lässt sich auch außerhalb betriebswissenschaftlicher Kontexte anwenden und somit kannst auch Du sie Dir gewinnbringend aneignen. Zugegeben: Dafür, dass die Methode ja so simpel sein soll, war das jetzt eine recht lange Einleitung, oder? Also, lass uns ans Eingemachte gehen!



**Aufgaben einteilen mit der ABC-Methode**

- Liste alle Aufgaben, die bei Dir regelmäßig anfallen, auf.
- Teile die Aufgaben ein in die drei qualitativen Kategorien „wichtig“, „weniger wichtig“ und „Routine“ ein.
- Übertrage Deine Aufgaben auf einen Zeitstrahl, bei dem A-Aufgaben 60% (wichtig), B-Aufgaben 25% (weniger wichtig) und C-Aufgaben 15% (Routine) Deiner Gesamtzeit beanspruchen sollten.

### **Tipp:**

Verplane generell nur maximal 75% Deiner Gesamtzeit von vorneherein mit Aufgaben. Die Erfahrung zeigt, es kommen ja doch immer noch spontane To-dos dazu, die dann noch in Deinen Zeitplan integriert werden müssen. So vermeidest Du Überforderung und Zeitdruck.

Weil methodologische Ansätze, und so auch die ABC-Methode, häufig weder durch Umschreibungen, noch durch Grafiken so richtig gut verständlich werden, hier ein konkretes Anwendungsbeispiel für Dich: Du nimmst Dir vor, 8 Stunden pro Tag produktiv zu arbeiten.

Da Du nicht mehr als 75% dieser Zeit im Voraus fest verplanen solltest, sind es de facto nur 6 Stunden, auf die Du Deine To-dos aufteilen solltest.

Deine **A-Aufgaben** für diesen Tag sind:

- Einen Unterrichtsentwurf schreiben
- die Steuern einreichen

Deine **B-Aufgaben** sind:

- Einkäufe für das Abendessen tätigen
- mit einer Freundin auf einen Kaffee treffen

Deine **C-Aufgaben** sind:

- eine Ladung Wäsche waschen
- den Abwasch machen

Nach der ABC-Methode sollten diese Aufgaben demnach diesen Zeitumfang in Anspruch nehmen:

1. Unterrichtsentwurf schreiben & Steuern einreichen: 3,5 Stunden
2. Freundin treffen und einkaufen: 1,5 Stunden
3. Wäsche waschen und spülen: ca. 1 Stunde

### **Die Vorteile der ABC-Methode**

Ein Benefit der ABC-Methode bzw. der ABC-Analyse ist ganz klar ihre allgemeine Anwendbarkeit auf sämtliche Tätigkeiten und Aufgabenbereiche. Zudem bekommst Du eine konkrete Vorstellung Deines persönlichen Tageszeitplans, indem Du die aktive Arbeitszeit pro Aufgabe ausrechnen kannst. Vielen hilft diese Methode, ein besseres Gefühl dafür zu entwickeln, welche Aufgabe wie viel Zeit überhaupt in Anspruch nimmt und es kann dazu motivieren, bei den Routineaufgaben (C-Aufgaben), nicht unnötig zu trödeln und der Prokrastination zu verfallen: Dafür ist nämlich einfach erst gar keine Zeit eingeplant.

### Die Nachteile der ABC-Methode

Häufig kritisiert wird, dass die Methode recht unflexibel ist. Oft gibt es mehrere Aufgaben pro Tag zu bewältigen, die nicht in eine der drei Kategorien A, B oder C fallen, sondern sich irgendwo dazwischen ansiedeln. Hier kann allerdings eine kleine Modifikation schon Abhilfe schaffen: Einfach die Kategorien erweitern, und noch D-Aufgaben und E-Aufgaben einführen. Nun ist allerdings die Frage: Was passiert, wenn Aufgaben nicht in der zuvor errechneten „Bestzeit“ zu erledigen sind? Vielleicht dauert der Kaffeeplausch mit der besten Freundin doch länger als 90 Minuten und will man wirklich vom Café aufspringen und sagen: „Sorry, aber laut ABC-Methode muss ich jetzt zurück an den Schreibtisch!“. Natürlich muss die Anwendung der ABC-Methode insofern flexibel sein, dass es für Dich nicht wieder im Umkehrschluss in Stress ausartet, Dich an den errechneten Zeitplan zu halten. Die Zeiten sollen Dir als Orientierung dienen und Dich nicht in Deinen Freizeitaktivitäten und Deiner generellen Lebensplanung einschränken.

### Vorsicht, Verwechslungsgefahr: ABC-Methode im Unterricht

Der Nachteil, wenn eine Methode einen so einfachen Namen trägt: Es kommt zu Verwechslungen und Dopplungen. Als ABC-Methode wird nämlich auch eine Vorgehensweise bei der kreativen Ideenfindung bezeichnet. Hierbei wird in eine Spalte auf einem Blatt alle Buchstaben von A-Z aufgeschrieben. Im nächsten Schritt werden dann Begriffe zu einem definierten Themenkomplex gesammelt, die den Anfangsbuchstaben des jeweiligen Graphems tragen. Hierbei handelt es sich also um eine kreativitätsfördernde Maßnahme, die gerne im Unterricht verwendet wird, aber nicht um eine Zeitmanagement-Methode.

