DER PARETO-WEG

Klar denken
Stark entscheiden
Wirksam handeln

JOCHEN REINERT

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

Copyright-Hinweis:

© 2025 Jochen Reinert. Alle Rechte vorbehalten.
Dieses Werk, einschließlich aller Texte, Konzepte, Illustrationen und Grafiken, ist geistiges Eigentum des Autors.

Die Vervielfältigung, Verbreitung, Veröffentlichung oder Weitergabe – auch auszugsweise – ist ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des Autors nicht gestattet.

Zuwiderhandlungen werden urheberrechtlich verfolgt.

Wenn es Dir gefällt, spendiere mir einen Kaffee.

Ein solches Werk zu schreiben, zu strukturieren und mit Verstand zu füllen – das kostet Zeit, Fokus und sehr viel Liebe zum Detail. Es ist aus eigener Erfahrung mit dem Pareto-Prinzip entstanden, aus echten Herausforderungen im Alltag.

Wenn du daraus echten Nutzen gezogen hast, wenn du dir mehr Klarheit, Struktur oder Fokus holen konntest – dann zeig deine Wertschätzung gern in Form eines Kaffees. Oder auch zwei. 😉

Damit unterstützt du meine Arbeit, mein Schreiben – und hilfst, dass solche Projekte auch in Zukunft möglich sind.
👉 **https://bit.ly/spende-einen-kaffee**

Danke ☕🙏

DER PARETO-WEG

Klar denken | Stark entscheiden | Wirksam handeln

Einleitung: Viel tun oder viel bewirken?

Wenn Du dieses Buch in der Hand hältst, gehörst Du vermutlich zu den Menschen, die etwas bewegen wollen. Du bist Unternehmer, Selbstständiger oder jemand, der Verantwortung trägt – beruflich oder privat. Du gibst Gas, Du denkst nach vorn. Und trotzdem fühlt es sich manchmal an, als würde der Tag einfach nicht reichen. Ständig Aufgaben, ständig neue To-dos – aber am Ende des Tages bleibt das Gefühl: „Ich habe viel gemacht, aber nichts wirklich geschafft."

Kommt Dir das bekannt vor?

Dann wird dieses Buch ein Gamechanger für Dich.
Denn was wäre, wenn Du mit deutlich weniger Aufwand deutlich mehr erreichen könntest? Wenn es gar nicht darum geht, alles zu machen – sondern das Richtige?
Genau darum geht es beim **Pareto-Prinzip** – auch bekannt als die **80/20-Regel**. Es ist kein Zaubertrick, sondern eine Denkweise, die Deine Zeit, Deine Energie und Deinen Erfolg auf ein neues Level heben kann. Und vor allem: Dein Leben leichter macht.

Ich habe das Pareto-Prinzip in meinem eigenen Leben und in der Arbeit mit vielen Unternehmern, Coaches und Freigeistern angewendet – und immer wieder erlebt, wie plötzlich Klarheit entstand. Plötzlich wurde sichtbar, was wirklich zählt. Und was nicht.
Dieses Buch ist kein Theoriekurs. Es ist eine Einladung.
Eine Einladung, aufzuräumen. Zu priorisieren. Und Deinen Fokus zurückzuholen.
Du wirst erkennen, wie viel Ballast Du unbewusst mit Dir herumschleppst – und wie befreiend es ist, ihn loszulassen.

Du brauchst keine neue Methode, kein weiteres Zeitmanagementsystem.
Du brauchst Klarheit. Und einen klaren Blick auf das, was wirklich wirkt.
Dieses Buch führt Dich Schritt für Schritt dorthin.
Ich werde Dir zeigen, wie Du das Pareto-Prinzip in Deinem Alltag anwendest – nicht nur im Business, sondern auch in Deinen Beziehungen, Deiner Gesundheit und Deinem Denken.

Mit echten Beispielen, praktischen Übungen und klaren Impulsen.
Bereit?
Dann lass uns loslegen.
Weg vom Dauerstress – hin zu echter Wirksamkeit.
Denn Du hast mehr verdient als nur beschäftigt zu sein. Du willst etwas bewirken.
Und das beginnt genau hier.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

Kapitel 1: Warum wir alle zu viel tun – und zu wenig erreichen

In einer Welt, die ständig nach „mehr“ schreit – mehr Produktivität, mehr To-dos, mehr Multitasking – sind wir zu Getriebenen geworden. Getrieben von Erwartungen, von Terminen, von der Angst, etwas zu verpassen.
Und obwohl wir heute mehr Tools, mehr Technik und mehr Möglichkeiten haben als je zuvor, bleibt oft dieses Gefühl: **„Ich arbeite mich ab – aber komme nicht voran.“**
Was läuft hier schief?
Die Antwort ist so simpel wie radikal:
Wir machen zu viel von dem Falschen – und zu wenig von dem Richtigen.

Die Illusion von Produktivität
Viele Menschen verwechseln Aktivität mit Effektivität.
Sie rennen durch ihren Tag, beantworten Mails, führen Gespräche, arbeiten Aufgaben ab. Am Abend ist die To-do-Liste trotzdem länger als am Morgen – und der Kopf voller als zuvor.

Aber mal ehrlich:
Wie viel von dem, was Du heute getan hast, hat Dich **wirklich** weitergebracht?
Nicht alles, was sich wichtig anfühlt, ist auch wirklich wichtig.
Und nicht alles, was dringend ist, verdient Deine Aufmerksamkeit.

Das Hamsterrad der Fleißigen

Die Gesellschaft lobt Fleiß. Frühes Aufstehen. Viel Arbeiten. Sich aufopfern.
Aber kaum jemand fragt: **Wofür eigentlich?**
Wir haben gelernt, dass Ausgelastet-Sein ein Statussymbol ist.
Aber kaum jemand hat uns beigebracht, wie man **wirksam** wird.

Und so füllen wir unsere Tage mit Aufgaben, die andere an uns herantragen. Mit Erwartungen, die nicht unsere sind. Mit Ablenkungen, die wir für „Pflichten“ halten.
Doch tief in uns spüren wir:
Das kann’s nicht gewesen sein.

Weniger ist oft mehr – wenn Du weißt, was zählt
Hier kommt ein Gedanke, der Dich vielleicht herausfordert:
Der Großteil von dem, was Du täglich tust, bringt kaum Ergebnisse.
Vielleicht sind es nur 10, 20 oder 30 Prozent Deiner Tätigkeiten, die wirklich einen Unterschied machen.

Wenn Du diese wenigen Dinge erkennst und ihnen Deine volle Aufmerksamkeit gibst, verändert sich alles.
Weniger Stress. Mehr Klarheit. Und spürbare Ergebnisse.

Warum wir uns so schwer tun, loszulassen

Du weißt vielleicht schon, dass Du zu viel auf dem Tisch hast.
Aber da ist diese innere Stimme: „Was, wenn ich etwas Wichtiges vernachlässige? Was, wenn ich jemanden enttäusche? Was, wenn ich etwas verpasse?“
Diese Angst hält Dich im alten Muster.
Aber sie bringt Dich nicht weiter.

Wirklichkeit entsteht nicht durch das, was Du denkst – sondern durch das, was Du tust.

Und wenn Du immer wieder in denselben Abläufen hängst, wirst Du immer wieder dieselben Ergebnisse bekommen.

Die gute Nachricht: Du hast die Wahl

Du musst nicht alles machen.
Du darfst wählen. Priorisieren. Streichen. Vereinfachen.
Das Pareto-Prinzip hilft Dir dabei. Es zeigt Dir, wo Dein Hebel liegt.
Es schenkt Dir den Mut, nicht mehr überall mitspielen zu müssen – sondern gezielt dort, wo es wirklich zählt.

Denn am Ende geht es nicht darum, viel zu tun.
Es geht darum, **das Richtige zu tun**.

Kapitel 2: Das Pareto-Prinzip erklärt – Weniger tun, mehr bewirken

Stell Dir vor, Du könntest mit nur 20 % Deines Einsatzes 80 % Deiner Ergebnisse erzielen.
Was würdest Du mit der gewonnenen Zeit anfangen?
Mehr Ruhe? Mehr Fokus? Mehr Wirksamkeit?
Willkommen im **Pareto-Prinzip**. Eine der wirkungsvollsten Regeln, die Du als Selbstständiger, Unternehmer oder Macher kennen solltest.

Der Ursprung des Pareto-Prinzips

Der italienische Ökonom **Vilfredo Pareto** beobachtete Anfang des 20. Jahrhunderts, dass in Italien **80 % des Vermögens in den Händen von nur 20 % der Bevölkerung** lagen.

Spannend. Aber noch spannender wurde es, als andere Forscher feststellten: Dieses Verhältnis zeigt sich **überall** – in der Wirtschaft, im Alltag, in der Natur.

- 80 % des Umsatzes kommen oft von 20 % der Kunden.
- 80 % der Beschwerden entstehen durch 20 % der Produkte.
- 80 % des Erfolgs basieren auf 20 % der Maßnahmen.
- 80 % der Unordnung stammt von 20 % der Dinge.

Es ist kein mathematisches Gesetz, sondern ein **Erfahrungswert** – aber einer, der Dein Denken nachhaltig verändern kann.

Was das für Dich bedeutet

Wenn Du das Pareto-Prinzip auf Dein Leben anwendest, stellst Du Dir eine entscheidende Frage:

Was sind meine 20 %, die den größten Unterschied machen?

- Welche Kunden bringen Dir am meisten Umsatz – und Freude?
- Welche Tätigkeiten erzeugen echte Ergebnisse – nicht nur Beschäftigung?
- Welche Beziehungen geben Dir Energie – und welche rauben sie Dir?

Das Prinzip zwingt Dich zur Klarheit.
Denn plötzlich erkennst Du: Nicht alles, was Du tust, ist gleich wertvoll.

Weniger ist nicht gleich weniger – sondern fokussierter

Oft haben wir Angst, Dinge wegzulassen.
Wir glauben, dass wir dann etwas verlieren – Kontrolle, Wirkung, Anerkennung.
Aber das Gegenteil ist der Fall:

Indem Du Dich auf das Wesentliche konzentrierst, wirst Du wirksamer.

Du gewinnst Raum, Energie und Entscheidungsfreiheit zurück. Du arbeitest nicht mehr „mehr“, sondern **klüger**.

Warum 20 % reichen – wenn es die richtigen sind

Es ist erstaunlich: Wenn Du bewusst nur auf die wichtigsten Aufgaben setzt, kannst Du **80 % Deiner Ergebnisse mit 20 % Deines Einsatzes** erzielen.
Und genau das ist der Punkt:
Nicht durch mehr To-dos wirst Du erfolgreicher – sondern durch den **richtigen Fokus**.
Erfolg ist kein Zufall.
Er entsteht, wenn Du lernst, zu unterscheiden: Was bringt mich wirklich weiter – und was lenkt mich nur ab?

Beispiele aus dem echten Leben

Vielleicht kennst Du solche Situationen:

- **Du hast 50 Kunden – aber 10 davon machen 80 % Deines Umsatzes.**
- **Du bewirbst 5 Produkte – aber nur eines verkauft sich richtig gut.**
- **Du nutzt 10 Marketingkanäle – aber 80 % Deiner Anfragen kommen über zwei davon.**

Warum also zerstreust Du Dich?
Warum nicht das stärken, was schon funktioniert – und den Rest loslassen?
Das Pareto-Prinzip gibt Dir die Erlaubnis, genau das zu tun.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

Ein Denkfehler, der Dich Zeit kostet

Viele Menschen glauben: „Wenn ich einfach mehr mache, wird auch mehr passieren."
Aber mehr Aktion führt nicht automatisch zu mehr Ergebnis. Im Gegenteil:
Manche Dinge wirken viel stärker als andere.
Das Pareto-Prinzip hilft Dir, diese „Hochwirksamen 20 %" zu erkennen – und ihnen Deine volle Aufmerksamkeit zu geben.

Dein Hebel zur Veränderung

Hier ist die gute Nachricht: Du brauchst nicht Dein ganzes Leben umzukrempeln.
Du musst nur herausfinden, **wo Deine Hebel liegen**.
Und genau das machen wir im nächsten Kapitel:
Dort zeige ich Dir konkrete Beispiele und Du bekommst eine **erste einfache Übung**, mit der Du Deine persönlichen 80/20-Faktoren erkennen kannst.
Du wirst überrascht sein, wie klar vieles plötzlich wird – wenn Du bereit bist, hinzuschauen.

Kapitel 3: Typische 80/20-Beispiele aus dem Alltag und Business

Bevor wir tiefer einsteigen, will ich Dir ein paar ganz konkrete Beispiele zeigen – direkt aus dem echten Leben. Vielleicht wirst Du dabei schmunzeln. Vielleicht fühlst Du Dich ertappt. Und vielleicht wirst Du ab sofort mit anderen Augen auf Deine To-do-Liste schauen.
Denn genau das ist die Kraft des Pareto-Prinzips:
Es öffnet Dir die Augen für das, was wirklich wirkt.

Im Business: Der Umsatz-Booster

Du hast ein Produktportfolio mit 10 Angeboten. Vielleicht bist Du Coach, Berater oder Händler. Du wirbst für alles, steckst Energie in alles – aber wenn Du ehrlich bist, bringt Dir **ein einziges Angebot den Großteil Deines Umsatzes**.
Klassisches Beispiel:

- 10 Produkte
- 1 Bestseller macht 80 % vom Umsatz
- 2–3 Produkte laufen halbwegs
- der Rest liegt wie Blei im Regal

Was passiert nun bei vielen?
Sie versuchen, die „schwachen Produkte" durch noch mehr Marketing aufzupolieren.

Fataler Fehler. Denn genau hier verbrennst Du Zeit, Geld und Energie.
Der klügere Weg:
Stärke das, was funktioniert. Optimiere Deinen Bestseller. Baue darauf auf. Lass Ballast los.

Im Marketing: Der stille Kanal

Vielleicht nutzt Du verschiedene Kanäle: Instagram, Facebook, E-Mail, LinkedIn, Flyer, Netzwerkevents, Empfehlungen. Doch wenn Du mal genau hinschaust, wirst Du merken: **80 % Deiner Anfragen kommen über 1–2 Kanäle.**

Trotzdem verteilst Du Deine Energie auf alle gleichzeitig. Warum?
Hier hilft Dir das Pareto-Prinzip, radikal zu vereinfachen.
Konzentriere Dich auf die Kanäle, die **jetzt** wirken. Nicht auf das, was Du „auch noch machen solltest".

Im Zeitmanagement: Die wahren Zeitfresser

Viele Selbstständige verbringen täglich Stunden mit Aufgaben wie:

- E-Mails beantworten
- Social Media scrollen (ja, auch „geschäftlich")
- Technikprobleme lösen
- Rechnungen sortieren
- Meetings ohne klare Agenda

Das fühlt sich nach Arbeit an – bringt aber kaum Ergebnisse.
Stell Dir vor, Du würdest diese Aufgaben auf 20 % ihrer bisherigen Zeit reduzieren.
Was würdest Du mit der frei gewordenen Zeit anfangen?
Genau hier liegt Dein Gewinn.

Im Privatleben: Beziehungen und Energie

Auch im privaten Umfeld wirkt das Pareto-Prinzip.
Denke an Dein soziales Umfeld:

- Welche 20 % der Menschen geben Dir Energie, inspirieren Dich, bringen Dich weiter?
- Und welche 20 % rauben Dir 80 % Deiner Nerven?

Das klingt hart – aber ehrlich hinschauen lohnt sich.
Denn **Du bist nicht verpflichtet, mit jedem in Kontakt zu bleiben.**
Du darfst wählen, mit wem Du Zeit verbringst. Und was Dir wirklich guttut.

Im Haushalt: Die Dinge, die Du wirklich brauchst

Schau Dich mal in Deiner Wohnung oder Deinem Büro um.
Wie viele Gegenstände nutzt Du regelmäßig?
Wie viele liegen einfach nur rum?
Auch hier:

20 % Deiner Kleidung trägst Du 80 % der Zeit.
20 % Deiner Geräte benutzt Du täglich – der Rest ist Staubfänger.
Was das mit dem Pareto-Prinzip zu tun hat?
Ganz einfach: Wenn Du weißt, was Du wirklich nutzt und brauchst, kannst Du den Rest **loslassen**. Das spart nicht nur Platz, sondern auch Entscheidungskraft.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

Ein Praxisfall eines kleinen IT-Beraters

Er hatte 12 aktive Kunden, aber immer das Gefühl, unterzugehen.

Die Analyse seines Umsatzes ergab: Zwei Kunden machten **fast 90 % seines Umsatzes aus** – der Rest war aufwendig, klein, fordernd.

Die Lösung?

- Fokus auf die zwei Hauptkunden
- ein Premium-Angebot für ähnliche Kunden entwickelt
- „Energie-Zehrer“ gekündigt oder umgestellt

Das Ergebnis: **mehr Umsatz, weniger Stress, klarere Positionierung.**
Einfach, weil er das Pareto-Prinzip verstanden – und angewendet – hat.

Was Du aus all dem mitnehmen kannst

Das Pareto-Prinzip ist nicht nur ein wirtschaftlicher Faktor.
Es ist ein Kompass. Es zeigt Dir, wo Du gerade stehst – und wo Dein Weg hinführen kann, **wenn Du mutig bist, Dich zu fokussieren.**

Denn das ist der entscheidende Punkt:
Du brauchst nicht „mehr“ – Du brauchst **bessere Entscheidungen**.
Und die beginnen mit der Frage: **Was bringt wirklich Wirkung?**

Kapitel 4: Blockaden erkennen – Warum wir uns trotzdem verzetteln

Du hast die Theorie verstanden. Du siehst die Beispiele. Vielleicht hast Du sogar schon erste Aha-Momente gehabt.
Und trotzdem ist da etwas in Dir, das sagt:
„Ja, aber …“
Ja, aber ich kann nicht alles liegenlassen.
Ja, aber ich bin doch verantwortlich.
Ja, aber wenn ich das nicht mache, macht es keiner.
Willkommen im inneren Widerstand.
In diesem Kapitel schauen wir genau hin, **warum wir trotz Wissen nicht ins Handeln kommen** – und was Du dagegen tun kannst.

Die Angst, etwas zu verpassen (FOMO)

FOMO – Fear of Missing Out – ist mehr als nur ein Modebegriff.
Es ist ein echter Antreiber. Die Angst, etwas zu verpassen, etwas zu versäumen, nicht überall mitreden zu können.
Sie führt dazu, dass wir überall ein bisschen mitmachen – aber **nirgendwo richtig ankommen**.

Das Ergebnis: Oberflächlichkeit statt Tiefe. Zerstreuung statt Wirkung.

Doch hier ist der Punkt:
Du kannst nicht alles machen. Und Du musst es auch nicht.
Klarheit entsteht nicht durch mehr – sondern durch bewusstes Weniger.

Verantwortungsfalle: „Ich muss doch …“
Viele Selbstständige und Unternehmer tragen eine hohe Last auf ihren Schultern. Sie wollen alles richtig machen, niemanden enttäuschen, zuverlässig sein.
Doch dieses Pflichtgefühl kann zur Falle werden.
Du übernimmst zu viele Aufgaben, löst fremde Probleme, hältst Systeme am Laufen, die längst ineffizient sind.
Die Wahrheit ist:

Verantwortung heißt nicht, alles selbst zu machen – sondern klare Prioritäten zu setzen.

Wer Verantwortung ernst nimmt, sagt auch mal Nein.
Für sich. Für seine Energie. Für die eigene Wirksamkeit.

Perfektionismus – der getarnte Bremser

„Ich will es richtig machen.“
Ein edler Gedanke – der sich schnell in Perfektionismus verwandelt.
Plötzlich wird jeder Social-Media-Post zum halbtägigen Projekt.
Jede E-Mail zur Philosophie-Frage.
Jede Idee zum nie abgeschlossenen Entwurf.
Perfektionismus ist oft nur die Angst, bewertet zu werden.
Aber er kostet Dich Deine wichtigste Ressource: **Zeit und Momentum**.

Das Pareto-Prinzip sagt:
Mach die wichtigen Dinge gut genug – und lass den Rest los.
Nicht alles muss perfekt sein, um wirksam zu sein.

Anerkennung als Falle

Viele Menschen halten an Aufgaben fest, weil sie dafür Anerkennung bekommen.
Auch wenn diese Aufgaben kaum Ergebnisse bringen.

- Der Kollege lobt Dich, weil Du immer hilfst
- Kunden schätzen, dass Du jederzeit erreichbar bist
- Das Umfeld bewundert Deinen Fleiß

Aber:
Wirst Du für Deine Ergebnisse geschätzt – oder nur für Deinen Einsatz?
Es braucht Mut, sich aus dieser Falle zu lösen.
Aber genau das ist der Weg zu echter Freiheit.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

Die Komfortzone der Gewohnheit

Manche Aufgaben machen wir einfach, weil wir sie schon immer so gemacht haben.
Sie geben uns Struktur, Sicherheit, Routine.
Aber wenn diese Gewohnheiten keinen echten Mehrwert mehr bringen, sind sie Ballast.
Wachstum beginnt dort, wo Du Deine Gewohnheiten hinterfragst.
Wo Du Dich fragst: „Dient mir das noch – oder dient es nur der Gewohnheit?"

Selbstwert und Leistung: Eine toxische Verbindung

Dieser Punkt geht tiefer.
Viele Menschen verknüpfen ihren Selbstwert mit Leistung.
Sie fühlen sich nur dann wertvoll, wenn sie viel leisten, viel machen, viel geben.
Das führt zu chronischer Überforderung.
Denn: **Wer sich selbst nur im Tun erkennt, kann nicht zur Ruhe kommen.**
Das Pareto-Prinzip schenkt Dir eine neue Sichtweise:
Du bist nicht wertvoll, weil Du viel tust – sondern weil Du wirkungsvoll bist.

Deine innere Erlaubnis zur Vereinfachung

Bevor Du das Pareto-Prinzip anwenden kannst, brauchst Du eins:
Die Erlaubnis an Dich selbst, nicht alles tun zu müssen.
Die Erlaubnis, klare Entscheidungen zu treffen.
Die Erlaubnis, auch mal loszulassen.
Diese innere Haltung ist entscheidend.
Ohne sie wirst Du immer wieder zurück in alte Muster rutschen – trotz aller Strategien.

Reflexionsimpuls

Nimm Dir jetzt einen Moment.
Beantworte die folgenden Fragen – ehrlich, ohne Druck, nur für Dich:

1. Welche Aufgaben mache ich nur, weil ich Angst habe, sonst etwas zu verpassen?
2. Welche To-dos erledige ich nur, weil ich sonst ein schlechtes Gewissen hätte?
3. Wo opfere ich mich auf – aber niemand erwartet das wirklich von mir?
4. Wo bin ich „fleißig", aber nicht wirksam?

Erkenne, wo Deine inneren Blockaden liegen – und mach sie bewusst.
Denn nur was Du erkennst, kannst Du auch verändern.

Kapitel 5: Die persönliche 80/20-Analyse – Finde Deinen Hebel

Wissen ist gut – Klarheit ist besser.
Jetzt ist der Moment gekommen, in dem Du das Pareto-Prinzip **nicht nur verstehst**, sondern **für Dich anwendest**. In Deinem Alltag. In Deinem Business. In Deinem Denken.

Denn genau darum geht es:
Nicht mehr „alles ein bisschen", sondern **gezielt dort ansetzen, wo es wirkt.**
Und das beginnt mit einer ehrlichen Analyse.

Warum eine 80/20-Analyse so kraftvoll ist

Viele Menschen rutschen in den Autopilot. Sie arbeiten, funktionieren, erledigen Aufgaben – ohne sich regelmäßig zu fragen:
„Bringt mich das wirklich weiter?“
Die 80/20-Analyse ist Dein Breakout.

Sie hilft Dir, innezuhalten und zu erkennen, **wo Deine echten Hebel liegen.**
Denn meistens ist es so:

- Du brauchst **weniger To-dos**, nicht mehr.
- Du brauchst **weniger Aufgaben**, aber mehr Wirkung.
- Du brauchst **nicht mehr Zeit**, sondern einen besseren Fokus.

Die Übung: Deine persönliche 80/20-Analyse

Mach diese Übung schriftlich. Papier oder Bildschirm – egal. Hauptsache, Du arbeitest nicht nur im Kopf.

Schritt 1: Deine Tätigkeitsliste
Schreib alles auf, was Du in den letzten 5–7 Tagen gemacht hast.
Beruflich und privat. Große Dinge, kleine Aufgaben, scheinbar unwichtige Handgriffe.
Beispiel:

- Kundengespräch mit A
- 2 Stunden Social Media
- E-Mails beantworten
- Buchhaltung
- Flyer entwerfen
- Website überarbeitet
- Mittagessen vorbereitet
- Coaching gegeben
- Kind vom Kindergarten abgeholt
- Netzwerktreffen
- Rechnungen geschrieben

Sei ehrlich – nicht bewertend.

Schritt 2: Der Ergebnis-Check

Geh jetzt jeden Punkt durch und frage Dich:
Welches konkrete Ergebnis hat diese Aufgabe gebracht?

- Hat es Geld gebracht?
- Hat es einen Kunden weitergebracht?
- Hat es Sichtbarkeit erzeugt?
- Hat es Deine Lebensqualität verbessert?

Und dann: **Bewerte jede Tätigkeit mit A, B oder C**

- **A = hoher Wirkungsgrad** (z. B. Coaching mit Stammkunde → 1000 € Umsatz)
- **B = mittelmäßig** (z. B. Social Media → etwas Sichtbarkeit, aber kein direktes Ergebnis)

- **C = kaum Wirkung** (z. B. endloses Scrollen, Kleinkram, Aufschieberitis)

Schritt 3: Die 20 % identifizieren
Schau Dir nun alle A-Aufgaben an.
Welche davon haben den größten Hebel?
Was davon hat mit wenig Aufwand den größten Effekt erzielt?

Markiere Deine Top-3-Aktivitäten.
Das sind Deine 20 %. Dein Gold. Dein Fokusbereich.
Beispiele könnten sein:
- Strategisches Gespräch mit einem neuen Kunden
- Follow-up-Mail, die zum Vertragsabschluss geführt hat
- Ein fokussierter Social-Media-Post, der echte Anfragen brachte

Schritt 4: Dein Fokusplan für die nächste Woche

Jetzt wird's konkret.
Frage Dich:
- Wie kannst Du diese 20 %-Aktivitäten intensivieren?
- Wie schaffst Du mehr Raum dafür?
- Was kannst Du dafür streichen, delegieren oder automatisieren?

Schreib Dir 3 klare Maßnahmen auf:
1. Ich fokussiere mich täglich 1 Stunde auf Kundenakquise.
2. Ich delegiere die wöchentliche Buchhaltung an eine VA.
3. Ich beantworte E-Mails nur noch 2× täglich – nicht ständig nebenher.

Ein kurzer Realitätscheck
Ja, Du wirst in dieser Übung nicht alles sofort umstellen.
Ja, es braucht ein bisschen Disziplin, alte Muster zu durchbrechen.
Aber Du wirst sofort merken:
Allein der Fokus auf das Wesentliche bringt Dir Energie zurück.
Du entscheidest. Du lenkst. Du wirkst.

Coaching-Impuls
Diese Übung kannst Du regelmäßig machen.
Einmal pro Woche, alle zwei Wochen, monatlich.
Denn: Deine Hebel verändern sich. Du entwickelst Dich. Und Dein Fokus darf mitwachsen.
Die 80/20-Analyse ist kein Einmal-Projekt –
sie ist ein **lebendiges Werkzeug für Dein Selbstmanagement.**

Kapitel 6: Pareto im Business-Alltag – Was wirklich Umsatz bringt

Das Pareto-Prinzip ist kein rein theoretisches Modell. Es ist ein Kompass für den Unternehmeralltag. Und wenn Du ihn konsequent anwendest, wirst Du erleben, wie viel Klarheit, Leichtigkeit und Umsatz entstehen können – **nicht durch mehr Arbeit, sondern durch klügere Entscheidungen**.

In diesem Kapitel zeige ich Dir, wie Du das Pareto-Prinzip auf die zentralen Bereiche Deines Geschäfts anwendest – Kunden, Produkte, Prozesse und Marketing. Klar. Direkt. Wirksam.

1. Deine Kunden: Wer bringt wirklich Umsatz – und Freude?

Du kennst sie bestimmt: die einen Kunden, bei denen alles leicht läuft. Wertschätzung, klare Kommunikation, faire Bezahlung.
Und dann gibt es die anderen: kompliziert, fordernd, zäh – und oft mit kleinem Budget.
Wenn Du ehrlich bist, wirst Du feststellen:

20 % Deiner Kunden sorgen für 80 % Deines Umsatzes – und meistens auch für 80 % Deiner Freude.
Diese Erkenntnis ist Gold wert.

Frage Dich:
- Wer sind meine besten Kunden?
- Was haben sie gemeinsam?
- Wie kann ich gezielt mehr von diesen Kunden gewinnen?

Dein Ziel: Fokussiere Dich auf Deine Wunschkunden. Bediene sie besser. Baue Angebote für sie. Sag auch mal Nein zu den falschen Kunden – das ist kein Verlust, sondern ein Gewinn.

2. Deine Produkte und Leistungen: Was verkauft sich wirklich?

Viele Unternehmer bieten zu viel an. Zu viele Leistungen, zu viele Pakete, zu viele Varianten.
Das Ergebnis: Unklarheit beim Kunden – und Überforderung bei Dir.
Wenn Du analysierst, wirst Du wahrscheinlich feststellen:

Ein Bruchteil Deiner Angebote sorgt für den Großteil Deines Umsatzes.
Beispiel:
- Du hast 6 Coaching-Pakete
- Aber 1 davon wird immer wieder gebucht
- Es bringt Dir 80 % des Umsatzes
- Und ist am effizientesten umzusetzen

Was hält Dich davon ab, genau darauf Deinen Fokus zu legen?
👉 Tipp: Klares Angebot = klare Positionierung = mehr Wirkung.
Streich Ballast. Mach das, was läuft, noch besser. Und positioniere Dich klar – das schafft Vertrauen und zieht die richtigen Kunden an.

3. Deine Prozesse: Was frisst Zeit – und was bringt Ergebnisse?

Hier verbrennen viele Unternehmer Zeit und Energie:
- endlose E-Mails
- chaotische Abläufe

- fehlende Automatisierung
- Doppelarbeit
- „Ich mach's schnell selbst"-Mentalität

Aber was wäre, wenn Du auch hier Pareto anwendest?

Frage Dich:

- Welche 20 % meiner Prozesse erzeugen 80 % des Ergebnisses?
- Welche Schritte lassen sich automatisieren oder auslagern?
- Wo kostet mich meine eigene Kontrolle unnötig Zeit?

👉 Beispiel: Rechnungen manuell schreiben oder automatisiert? Kundenanfragen individuell beantworten oder mit Vorlagen arbeiten?
Du musst nicht alles selbst machen. Du sollst es auch nicht.

4. Dein Marketing: Streuverlust oder Präzision?

Marketing ist oft der Bereich, in dem Unternehmer wahnsinnig viel tun – aber wenig zurückkommt.
Posts, Stories, Newsletter, Events, Anzeigen… und trotzdem keine echten Anfragen.

Das Pareto-Prinzip hilft Dir zu erkennen:

- Welche Kanäle bringen wirklich Leads?
- Welche Inhalte führen zu Rückmeldungen?
- Wo erreichst Du Deine Zielkunden tatsächlich?

👉 Praxis-Tipp: Analysiere 3 Monate rückwirkend – woher kamen Deine letzten 10 Kunden? Welche Maßnahme hat sie bewegt?
Setz dort an. Und fokussiere Dich. Weniger machen – aber mit mehr Wirkung.

5. Deine Woche: Struktur mit Pareto-Fokus

Viele Selbstständige planen ihren Tag mit Aufgaben – aber nicht mit Wirkung.
Plane Deine Woche nach dem Pareto-Prinzip:

- Blocke Dir Zeit für Deine Top-20-%-Aktivitäten
- Eliminiere unnötige Meetings
- Reduziere Kommunikationswege
- Arbeite mit klaren Zielen, nicht mit endlosen To-do-Listen

👉 Beispiel: Montagvormittag = Fokuszeit für strategisches Arbeiten. Kein Telefon, keine E-Mails, kein Multitasking.
Diese eine Entscheidung kann Deinen Output verdoppeln.

Coaching-Impuls: Trau Dich, zu wählen

Der vielleicht wichtigste Punkt: **Du darfst entscheiden, was Du weglässt.**
Und ja – das bedeutet auch, dass Du Menschen, Angebote oder Gewohnheiten loslassen musst, die Dir nicht mehr dienen.
Aber was Du dafür bekommst, ist mehr als nur Effizienz:

Du bekommst Klarheit. Freiheit. Wirksamkeit.
Du wirst wieder zum Gestalter Deines Unternehmens – nicht nur zum Verwalter.

Kapitel 7: Pareto im Privatleben – Mehr Energie für das, was Dir wirklich wichtig ist

Das Pareto-Prinzip wirkt nicht nur im Business.
Es entfaltet seine Kraft überall dort, wo Du Zeit, Aufmerksamkeit und Energie investierst.
Und damit ist klar: **Auch Dein Privatleben profitiert enorm von der 80/20-Regel.**
Denn was nützt Dir der beste Umsatz, wenn Du privat gestresst, ausgelaugt oder unzufrieden bist?

Dieses Kapitel zeigt Dir, wie Du auch in Deinem persönlichen Alltag mehr Raum für das Wesentliche schaffst – durch bewusste Entscheidungen und kleine Veränderungen mit großer Wirkung.

1. Deine Zeit: Was bringt Dir wirklich Erholung – und was raubt Dir Energie?

Dein Tag hat 24 Stunden. Genau wie bei jedem anderen Menschen auch.
Aber wie Du diese Stunden nutzt, macht den Unterschied.
Viele Menschen sagen: „Ich habe keine Zeit."
Aber das stimmt oft nicht. Sie haben keine **klaren Prioritäten**.

Frage Dich:
- Welche 20 % Deiner Aktivitäten schenken Dir 80 % Deiner Erholung, Freude, Lebensqualität?
- Und welche 20 % rauben Dir 80 % Deiner Energie?

Beispiele:
- Ein Spaziergang im Wald → maximale Entspannung in kurzer Zeit
- Scrollen durch Social Media → 30 Minuten vorbei, null Wirkung
- Ein tiefes Gespräch mit einem Freund → verbindet, klärt, stärkt
- Endlose Serienfolgen → kurzfristiger Konsum, langfristig leer

Lerne, bewusst zu wählen. Erholung ist nicht passiv – sie ist eine Entscheidung.

2. Deine Beziehungen: Wer nährt Dich – und wer zieht Dich runter?

Das kann ein heikles Thema sein – aber es ist entscheidend.
Denn die Menschen, mit denen Du regelmäßig zu tun hast, beeinflussen Deine Gedanken, Deine Stimmung und Deine Energie.
Auch hier gilt:

Ein kleiner Teil Deines Umfelds hat großen Einfluss auf Dein Wohlbefinden.
Frage Dich:
- Mit welchen 2–3 Menschen fühlst Du Dich wirklich verbunden?
- Wer inspiriert Dich, hört Dir zu, stärkt Dich?
- Und mit wem fühlst Du Dich oft leer, ausgelaugt oder klein?

Du darfst wählen, mit wem Du Deine Zeit verbringst.
Du darfst Grenzen setzen.
Und Du darfst Dir ein Umfeld erschaffen, das Dich trägt – nicht bremst.

3. Deine Aufgaben zu Hause: Muss wirklich alles gemacht werden?

Auch im Haushalt ist das Pareto-Prinzip sichtbar.
Beispiel:

- 80 % der Unordnung entsteht durch 20 % der Dinge (z. B. offene Post, herumliegende Kleidung, Technik-Kabel)
- 80 % der Hausarbeit ist durch 20 % der Aktivitäten erledigt (z. B. Küche, Bad, Böden)
- 80 % Deiner genutzten Gegenstände stammen aus 20 % Deines Besitzes

Was heißt das?
👉 Du kannst vereinfachen. Entrümpeln. Delegieren.
Frag Dich: Was brauchst Du wirklich? Was steht nur rum? Was macht unnötig Arbeit?
Weniger Kram = weniger Chaos = mehr Klarheit.

4. Dein digitaler Alltag: Fluch oder Fokus?

Smartphones, Mails, Messenger, Notifications…
Wir leben in einer Welt permanenter Ablenkung. Und wundern uns, warum wir müde sind, obwohl wir „nichts gemacht“ haben.

Digitaler Lärm frisst Energie.
Auch hier kannst Du 80/20 anwenden:

- Welche Apps bringen Dir echten Nutzen?
- Welche Kontakte brauchst Du wirklich täglich?
- Welche Informationsquellen geben Dir Klarheit – und welche nur Stress?

👉 **Schaffe digitale Räume, die Dich stärken.**
Weniger Benachrichtigungen = mehr Konzentration.
Weniger Input = mehr Klarheit im Kopf.

5. Deine persönlichen Projekte: Was willst Du wirklich?

Viele Menschen haben eine endlose Liste an Ideen, Zielen, Projekten:
Buch schreiben, Instrument lernen, Garten neu anlegen, Weiterbildung starten, YouTube-Kanal aufbauen…
Und was passiert?
Nichts – weil die Liste zu lang ist.
Das Pareto-Prinzip hilft Dir, zu erkennen:
Ein oder zwei Herzensprojekte reichen.
Wähle sie bewusst. Gib ihnen Raum.
Lass die anderen erst mal los – ohne schlechtes Gewissen.
👉 **Fokus ist nicht Verzicht – Fokus ist Befreiung.**

Coaching-Impuls: Deine persönliche 80/20-Liste fürs Leben

Nimm Dir 15 Minuten Zeit.
Mach zwei einfache Listen:

Liste A: Was gibt mir Energie?
- Welche Tätigkeiten, Menschen, Orte, Routinen stärken mich?

Liste B: Was raubt mir Energie?
- Was tue ich nur aus Gewohnheit oder Schuldgefühl?

Dann triff eine Entscheidung:
Stärk das, was Dir gut tut.
Und beginne, Dich von dem zu lösen, was nicht mehr passt.
Nicht alles auf einmal – aber konsequent, Schritt für Schritt.

Kapitel 8: Tools & Techniken für 80/20 im Alltag – So bleibst Du auf Kurs

Du weißt jetzt, worauf es ankommt.
Du kennst die Theorie. Du hast erste Praxisübungen gemacht. Du hast Klarheit gewonnen, wo Dein Hebel liegt.
Doch hier kommt die entscheidende Frage:
Wie bleibst Du dran?
Denn Wissen allein bringt keine Veränderung.
Veränderung entsteht durch Umsetzung – regelmäßig, konsequent, einfach.
In diesem Kapitel bekommst Du praktische Tools und Techniken an die Hand, mit denen Du das Pareto-Prinzip **dauerhaft in Deinen Alltag integrieren** kannst. Klar strukturiert. Alltagstauglich. Wirksam.

1. Die 80/20-Wochenplanung

Beginne jede Woche mit einem klaren Fokus:
Was sind meine wichtigsten 20 %-Aktivitäten für diese Woche?
Nimm Dir 10–15 Minuten Zeit (z. B. Sonntagabend oder Montagmorgen) und beantworte:
- Was sind meine 1–3 wichtigsten Aufgaben für diese Woche?
- Welche Tätigkeiten bringen mir echten Fortschritt?
- Was darf liegenbleiben, delegiert oder automatisiert werden?

Tipp:
Nutze einen Wochenplaner oder ein digitales Tool (z. B. Notion, Todoist, Trello), um Deinen Fokus sichtbar zu machen.
Nicht alle Aufgaben – nur die wesentlichen.
👉 Regel: **Plane Wirkung – nicht Arbeit.**

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

2. Die 80/20-Tagesstruktur

Auch Dein Tag kann nach Pareto strukturiert werden.
Blocke Dir bewusst **1–2 Fokuszeiten täglich**, in denen Du Dich ausschließlich um Deine Top-Aufgaben kümmerst.
Beispiel:

- 08:00–09:30 Uhr: Fokuszeit (ohne E-Mails, ohne Telefon)
- 13:30–14:30 Uhr: Umsetzung einer Schlüsselaufgabe
- Rest des Tages: operative Aufgaben, Kommunikation, Kleinkram

Tipp:
Fokussiere Dich in Deiner Fokuszeit **nur auf eine Sache**. Kein Multitasking. Kein Ablenken.
👉 Regel: **Tu das Wichtigste zuerst. Jeden Tag.**

3. Die 80/20-Check-In-Routine (5 Minuten täglich)

Am Ende jedes Tages: **kurz reflektieren.**

- Was war heute meine 80 %-Wirkung?
- Habe ich meine Fokuszeit genutzt?
- Was lerne ich daraus für morgen?

Diese 2–3 Minuten haben enorme Wirkung.
Denn sie holen Dich zurück auf den Kurs – jeden Tag neu.
👉 Regel: **Kontinuität schlägt Perfektion.**

4. Die 80/20-Delegationsfrage

Wenn Du Aufgaben übergibst, nutze diese einfache Frage:
„Bin ich der einzige Mensch, der das machen muss?“
Wenn die Antwort „Nein“ lautet – finde jemanden, der es übernimmt oder ein Tool, das es automatisiert.

Beispiele:

- Buchhaltung → Steuerberater
- Grafik → Freelancer
- E-Mail-Bestätigungen → Automatisierung via Tool
- Terminvergabe → Online-Kalender

Regel: **Delegiere, was andere besser, schneller oder günstiger machen können.**

5. Das 80/20-Mindset-Board

Visualisiere Deine Top-Wirkungsbereiche:

- Deine 20 %-Kunden
- Deine 20 %-Tätigkeiten
- Deine 20 %-Marketingkanäle
- Deine 20 %-Erholungsquellen

Hänge Dir dieses Board sichtbar auf – am Schreibtisch, im Büro, im Planungsbuch.
So erinnerst Du Dich täglich daran, worauf es wirklich ankommt.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

👉 Regel: **Wissen sichtbar machen = Fokus behalten.**

6. Die 80/20-Monatsreflexion

Am Ende jedes Monats nimmst Du Dir 30 Minuten Zeit und analysierst:

- Was war mein stärkster Hebel im letzten Monat?
- Wo habe ich mich verzettelt?
- Was darf ich im kommenden Monat anders machen?

Mach es Dir zur Routine.
Setz Dich mit einem Kaffee hin, nimm Zettel und Stift – und denke klar.
Das ist keine verlorene Zeit, sondern gewonnene Orientierung.

👉 Regel: **Wer reflektiert, entscheidet klüger.**

7. Weniger Tools – mehr Klarheit

Viele Menschen versuchen, ihre Produktivität mit einer Flut an Apps zu steigern.
Doch oft erzeugt das nur neuen Stress.
Deshalb mein Rat:

Weniger Tools – dafür gezielt eingesetzt.
Beispiel-Setup (minimalistisch & wirksam):

- Google Kalender → für Fokuszeiten
- Notion → für Wochenplanung & Reflexion
- Timer (Pomodoro oder klassisch) → für Konzentrationsphasen
- E-Mail-Regeln → für Ordnung im Postfach

👉 Regel: **Tools sind Helfer – keine Ersatzhandlung.**

Coaching-Impuls: Mach's Dir leicht
Du brauchst kein perfektes System.
Du brauchst ein System, das **zu Dir passt** – und das Du **regelmäßig anwendest**.
Das Pareto-Prinzip ist keine To-do-Maschine.
Es ist ein Denk- und Handlungsrahmen.
Ein Filter für Deine Entscheidungen.
Ein Schutzschild gegen Überforderung.

Kapitel 9 (Bonus): Pareto & Eisenhower clever kombiniert – Klarheit in einer komplexen Welt

Manchmal reicht ein Prinzip nicht aus.
Manchmal brauchst Du **zwei Werkzeuge**, die sich ergänzen wie Kompass und Landkarte.
Das Pareto-Prinzip zeigt Dir:
Was hat den größten Hebel?
Die Eisenhower-Matrix zeigt Dir:
Was ist wirklich wichtig – und was ist nur dringend?
Beide Prinzipien helfen Dir, **Klarheit zu gewinnen**.
Aber gemeinsam entfalten sie eine besondere Wirkung:
Fokus + Priorität = Wirksames Handeln.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

Die Eisenhower-Matrix – kurz erklärt

Die Matrix geht auf den US-Präsidenten Dwight D. Eisenhower zurück.
Sie hilft Dir, Aufgaben nach zwei Kriterien zu bewerten:

- **Wichtigkeit** (bringt mich das meinem Ziel näher?)
- **Dringlichkeit** (muss das jetzt passieren?)

Daraus entstehen vier Felder:

	Dringend	**Nicht dringend**
Wichtig	**A: Sofort erledigen**	**B: Terminieren**
Nicht wichtig	**C: Delegieren**	**D: Streichen**

So kombinierst Du beide Prinzipien in der Praxis

Schritt 1: 80/20-Analyse machen
Du weißt bereits, welche 20 % Deiner Aufgaben die größte Wirkung haben.
Markiere diese in Deiner Aufgabenliste mit einem Stern ⭐.
Schritt 2: Eisenhower-Matrix anwenden
Jetzt nimmst Du alle Aufgaben (inklusive der 20 %-Aufgaben) und ordnest sie in die vier Felder der Matrix ein.

Das Ziel: **Deine 20 %-Aufgaben müssen möglichst oft im Feld A oder B landen.**
Wenn sie plötzlich im Feld C oder D auftauchen – also nicht wichtig – ist etwas schiefgelaufen.
Dann war es vielleicht eine vermeintlich „wichtige“ Aufgabe, die bei genauer Betrachtung wenig beiträgt.

Beispiel aus dem Alltag
Angenommen, Du bist Coach und hast folgende To-dos:

- Kundenanfrage per E-Mail beantworten
- Instagram Reel vorbereiten
- Erstgespräch mit potenziellem Neukunden
- Konzept für Onlinekurs entwickeln
- Quartalsabrechnung vorbereiten
- Steuerbeleg suchen
- Drei Newsletter-Ideen brainstormen

Du fragst Dich zuerst: Was bringt echte Wirkung? → Pareto-Prinzip.
Dann: Was ist dringend/wichtig? → Eisenhower-Matrix.

Ergebnis:

- Erstgespräch → A: wichtig + dringend → **sofort erledigen**
- Onlinekurs-Konzept → B: wichtig, nicht dringend → **terminieren**
- Kundenmail → A oder B – je nach Deadline
- Instagram Reel → C: nicht wichtig, aber dringend? → **delegieren oder terminieren**
- Steuerbeleg → C: dringend, aber nicht wichtig → **delegieren**
- Newsletter → D: aktuell nicht wichtig, nicht dringend → **streichen oder verschieben**

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged

So entsteht Fokus. Struktur. Entlastung.

Warum die Kombination so stark ist

- **Das Pareto-Prinzip sagt Dir, was lohnt.**
- **Die Eisenhower-Matrix sagt Dir, wann und wie Du es angehst.**

Du entscheidest nicht mehr aus dem Bauch heraus, sondern auf Basis von Wirkung und Relevanz.
Und das ist die Grundlage für echten Erfolg – im Business wie im Leben.

Coaching-Impuls: Nutze das Prinzip jeden Tag
Morgens 5 Minuten:

1. Liste Deine heutigen Aufgaben.
2. Markiere Deine 20 %-Hebel.
3. Ordne alle Aufgaben in die Eisenhower-Matrix ein.
4. Streiche 1–2 Aufgaben, die nirgendwo wirklich hingehören.

Das reicht. Täglich. Kurz. Effektiv.

👉 Du wirst merken: Dein Kopf wird klarer, Deine Liste kürzer – und Deine Ergebnisse spürbar besser.

Ich habe auch ein E-Book zum Eisenhower-Prinzip erstellt. Hier der Downloadlink:
https://www.jochen-reinert.de/wp-content/uploads/2025/05/Eisenhower-Matrix-E-Book-Webseite.pdf

Kapitel 10: Fazit & Umsetzung – Dein Weg in ein fokussiertes, wirksames Leben

Du hast es bis hierher geschafft.
Und das bedeutet etwas: Du gehörst zu den Menschen, die nicht nur verstehen wollen, wie Dinge funktionieren – sondern **wirklich etwas verändern wollen.**
Du hast in den letzten Kapiteln gelernt:

- Dass nicht alles gleich wichtig ist.
- Dass Du mit 20 % Einsatz 80 % Wirkung erzielen kannst.
- Dass Klarheit und Fokus keine Theorie sind, sondern eine Entscheidung.
- Dass Du wählen darfst, was in Dein Leben gehört – und was nicht mehr.

Und vor allem:
Dass Du Deine Energie in Zukunft bewusst auf das **Richtige** lenken kannst.
Nicht auf das Lauteste. Nicht auf das Dringendste. Sondern auf das, was **wirklich zählt**.

Der größte Fehler wäre jetzt: Nichts zu tun.

Viele lesen ein Buch, nicken innerlich – und machen weiter wie bisher.
Aber Du bist nicht „viele“. Du bist bereit für Veränderung.
Du hast jetzt alles, was Du brauchst, um neue Entscheidungen zu treffen:

- Klarheit über Deine stärksten 20 %-Hebel
- Werkzeuge zur Priorisierung und Umsetzung
- Ein Verständnis für Blockaden – und wie Du sie auflöst

- Konkrete Strategien für Deinen Alltag

Was Du ab jetzt tun kannst – konkret und direkt

1. Nutze die 80/20-Wochenplanung
Starte jede Woche mit der Frage:
Was sind meine wichtigsten Aufgaben – die mit dem größten Hebel?
Notiere sie. Schütze sie. Plane sie aktiv ein.

2. Reflektiere täglich
5 Minuten reichen. Frag Dich:
Was habe ich heute getan, das wirklich etwas bewirkt hat?
Und: **Was hat mich nur beschäftigt, aber nicht weitergebracht?**

3. Sag öfter Nein
Du darfst auswählen.
Du musst nicht alles tun, was möglich ist – nur das, was sinnvoll ist.

4. Gönn Dir Fokuszeiten
Weniger Multitasking. Mehr Tiefe.
Konzentriere Dich täglich mindestens 60 Minuten auf das, was zählt.

5. Entwickle Dein persönliches 80/20-Mindset
Nicht als Zwang, sondern als Haltung.
Stelle Dir regelmäßig diese Frage:
Was ist das Wenige, das das Meiste bewirkt?
Diese eine Frage hat die Kraft, alles zu verändern.

Was bleibt – und was beginnt
Dieses Buch ist zu Ende.
Dein Weg beginnt jetzt.
Du wirst immer wieder an Punkte kommen, wo sich das Alte zurückmeldet:
„Mach mehr, streng Dich an, sei überall dabei."
Das ist normal. Aber Du hast jetzt ein Werkzeug – das Pareto-Prinzip.
Nutze es. Spiele damit. Experimentiere.
Manche Entscheidungen wirst Du überdenken, andere loslassen.
Aber mit jedem Schritt wirst Du klarer. Freier. Wirksamer.

Ich wünsche Dir ein wirksames, fokussiertes, kraftvolles Leben.
Mit 20 % Einsatz – und 100 % innerer Klarheit.

© Jochen Reinert | www.jochen-reinert.de | https://t.me/jochenunplugged