

22 Tipps gegen Mailflut

Von Digital-Detox-Pionierin Anitra Egger

*Wenn du diese Tipps anhören oder ansehen willst,
dann klick dir Folge 46 von meinem Pod- & Videocast.*



1.

Du arbeitest nicht bei der Post und auch nicht als Schreibkraft, oder?

2.

Ergo: Der Posteingang ist nicht dein Arbeitsplatz –
und du bist kein E-Mail-Server.

3.

Du wirst fürs Denken und Handeln bezahlt, nicht fürs Mailen.

4.

Deine Inbox ist keine To-do-Liste.
Aufgaben- und Ideenmanagement brauchen Freiraum, keine Box.

5.

E-Mail-Sperrzeiten werden unternehmensweit automatisiert:
Es werden keine Mails nach Feierabend, am Wochenende,
an Feiertagen und im Urlaub zugestellt.

6.

Nachrichtenfrei ist das neue Nichtrauchen:
Du erhältst keinerlei Push-Info über neue Mails
und rufst Mails erst ab, wenn du Fokus-Zeit dafür hast.

7.

Fixe E-Mail-Öffnungszeiten einführen und einhalten
– drei Öffnungszeiten sind Best Practice. Starte mit 5, wenn du FOMO hast.

8.

Mimosen-Test vor dem Senden: Würdest du dich freuen, deine eigene Mail zu erhalten?
Empfändest du diese Mail als wertschätzend und wertschöpfend?

9.

Niemals in Rage antworten. Immer eine Nacht darüber schlafen. Immer.

10.

Erst der Anhang, dann der Text.

Haben dich deine Mails im Griff – oder du deine Mails?
Mach den Mail-Junkie Test! Mail-Effizienz-Crashkurs inklusive.

11.

BCC ist Mobbing.

12.

Beim Mails checken Atmen nicht vergessen –
nicht die Luft anhalten #emailapnoe

13.

Die Angst, dass Mails schlechte Nachrichten bringen,
erhöht deinen Cortisol-Spiegel. Dagegen hilft deine innere Stimme.
Sag dir: „Ich bin neugierig, was der Chef schreibt“
statt „Hoffentlich schreibt der Chef nichts Schlimmes“.

14.

Das Leben ist zu kurz, um Mails zu löschen.

15.

Wer sofort antwortet, outet sich als unterbeschäftigt
und digitaler Dopamin-Junkie.

16.

In-CC-Setzer sind Petzer.

CC muss die Ausnahme, nicht die Regel sein.

Wichtig ist ein Konsens darüber, dass CC-Mails „nur zur Info“ sind.

Mangels Handlungsbedarf können sie automatisch in einen „For never“-Ordner verschoben werden – was CC-Mails per se als unnötige Gewissenshygienemaßnahme outet.

17.

Betreffzeile? BetreffZIELE! Wer, wie, was, bis wann etc. – das muss die Betreffzeile auf einen Blick beantworten.

18.

Wer E-Mails sät, wird E-Mails ernten: Quantität raus, Qualität rein!

19.

Ein Telefonat kann 100 Mails ersetzen.

20.

Persönliches immer Auge in Auge #Lob #Kritik #Flirt

21.

Effizienter und zeitgemäßer als jede Inbox:

Eine webbasierte Projektmanagement-Plattform, z.B. Asana in Kombination mit Slack oder ein smartes Business-Intranet – gerne zeitgemäß mit KI-Applikationen.

22.

Die beste E-Mail ist die, die du nicht schreibst.



*OMMMLine ist das neue Online – der Pod- & Videocast von Anitra Egger
Hol dir jeden Mittwoch einen Screen-Life-Balance-Tipp!*