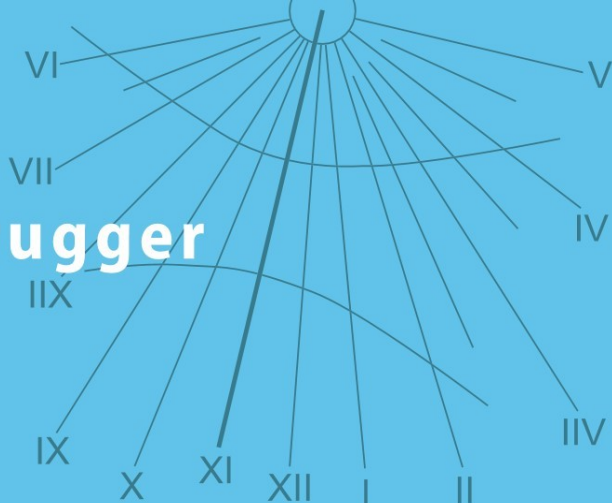


Ralph Brugger



Lean Time Management

Die ultimative Zeitrettung für Gipfelstürmer,
Dauerbrenner und andere Ruhelose



Springer

Lean Time Management

Ralph Brugger

Lean Time Management

Die ultimative Zeitrettung für Gipfelstürmer,
Dauerbrenner und andere Ruhelose



Springer

Ralph Brugger
79725 Laufenburg
Deutschland
rb@lean-time-management.de

ISBN 978-3-642-14731-9

e-ISBN 978-3-642-14732-6

DOI 10.1007/978-3-642-14732-6

Springer Heidelberg Dordrecht London New York

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Springer-Verlag Berlin Heidelberg 2011

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrags, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Funksendung, der Mikroverfilmung oder der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten. Eine Vervielfältigung dieses Werkes oder von Teilen dieses Werkes ist auch im Einzelfall nur in den Grenzen der gesetzlichen Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes der Bundesrepublik Deutschland vom 9. September 1965 in der jeweils geltenden Fassung zulässig. Sie ist grundsätzlich vergütungspflichtig. Zuwiderhandlungen unterliegen den Strafbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Einbandentwurf: KuenkelLopka GmbH, Heidelberg

Gedruckt auf säurefreiem Papier

Springer ist Teil der Fachverlagsgruppe Springer Science+Business Media (www.springer.com)

Für Claudia, Lisa und Celine

Rettung in Sicht - Die etwas andere Art, Zeitfreiräume zu erschließen

Wer sich in Seenot befindet, hilflos in stürmischen Gewässern umhertreibt, dem offenen Meer ungeschützt ausgeliefert ist und von aufgepeitschten Wellen mal hierhin und mal dorthin gespült wird, will nur eins: möglichst schnell gerettet werden. Da sollen die Retter nicht lange fackeln. Auf rasche und unkomplizierte Hilfe kommt es an. Ruck, zuck muss es gehen!

Und wie schaut es aus, wenn jemand unter akuter Zeitknappheit leidet? Warum sollen wir es mit einem in Zeitnot geratenen Menschen anders halten? Hat er nicht eine ähnlich schnelle und unbürokratische Hilfe verdient?

Sie wollen also gerettet werden? Gut so. Es ist die Sache auch wert. Zu viel in Ihrem Leben hängt von der Zeit ab - und Zeit zu verschenken haben Sie sowieso nicht. Die Rettung naht. Sie liegt buchstäblich in Ihren Händen. "Aber es muss schnell gehen", sagen Sie. Okay, verständlich. Schließlich haben Sie keine Zeit - noch nicht. Ihre Zeit ist momentan knapp; da können wir mehr draus machen. "Wird es denn kompliziert?", werfen Sie ein. Aber nicht doch. Keineswegs. Das Leben hat schon genug Haken und Ösen. Wir wollen es nicht noch umständlicher machen. Ihre Zeitrettung ist einfach und schnell - dank einer Rettungsmission mit einem außergewöhnlichen Ansatz. Zwei Dinge sind es, die ich von Ihnen erwarte. "Nur zwei Dinge! Mehr nicht?", kontern Sie skeptisch, gefolgt von einem "Das kann doch nicht Ihr Ernst sein!" Doch, ist es. Zwei Rettungsmaßnahmen - und Sie sind erlöst. Zwei Aktionen, die aufeinander abgestimmt sind, sich perfekt ergänzen und nahtlos ineinander greifen. Zwei Vorgänge, die sich schnell umsetzen lassen und sofort wirken. Ohne Umschweife zum Ziel. Resultate auf direktem Weg. Darauf kommt es in der Zeitnot an. Einfach muss es sein. Schnell muss es gehen. Denn wenn Zeitmanagement zeitaufwendig ist, gibt's nicht viel zu gewinnen.

Ich weiß, ich verspreche das schier Unmögliche. Aber seien Sie beruhigt, genau das war schon immer die beste Voraussetzung, um auch das Bestmögliche zu erhalten. Diese Rettungsmission ist einzigartig und ungewöhnlich effektiv. Sie gibt Ihrer Zeit die Stunden, die Sie niemals hatten. Sie verschafft Ihrem Verstand die Atempausen fürs Loslassen und Abschalten. Sie lässt das Leben nicht mehr im Zeitraffer an Ihnen vorbeirauschen. Das ist das was zählt. Mit dem fortwährenden Gasgeben oder dem ständigen Hochstapeln ist dann auch gleich Schluss - weil es erstens anders und zweitens besser geht.

Starten Sie in eine vergnügliche Zeitreise! Ergreifen Sie den sicheren Rettungsring! Spendieren Sie Ihrem Leben endlich die Zeit, die es verdient und gewähren Sie Ihren Gedanken den Freiraum, der Sie beflügelt!

“Also gut”, geben Sie sich geschlagen. “Her damit!”

PS: Dieses Buch ist durch und durch positiv. Sollten Sie auf der Suche nach Weltuntergangsstimmung sein - á la: Wir kommunizieren und reisen noch schneller; hetzen nur noch so durch die Welt; wechseln Jobs und Städte wie am Fließband; befinden uns im pausenlosen Wandel - und so weiter, und so weiter. Dann muss ich Sie leider enttäuschen. In diesem Buch finden Sie nichts dergleichen! Hier gibt es keine Schwarzmalerei und keine Hiobsbotschaften. Davon halte ich überhaupt nichts.

Warum auch? Was bringt der Katzenjammer? Wozu die Klagelieder? Warum alten Zeiten nachhecheln, wo doch eh niemand das Rad der Zeit zurückdrehen kann? Weshalb soll ich bei einer nutzlosen Treibjagd auf Schuldige mitmachen? Wieso sollte ich in die gleiche Kerbe hauen wie alle anderen? Ich hab's nicht verbrochen. Ich bin nicht angetreten, um im Superman-Kostüm die Welt zu retten. Ich will auch nicht den Don Quijote spielen, der gegen Windmühlen anrennt. Und einen Volksaufstand anzetteln will ich schon gar nicht. Nicht mal im Traum würde ich eine Rettungsweste auswerfen, um hinterher die Luft rauszulassen. Ich spann ja auch keine Pferde vor eine Kutsche, um sodann die Zügel aus der Hand zu geben. Ich zieh doch nicht den Karren aus dem Graben, um ihn gleich darauf mit Schwung in den nächsten zu werfen.

Was soll ich also mit so einem Gerede? Von wegen. Nichts da. Sie sind mir ein Anliegen. Ihnen ganz allein bin ich verpflichtet. Ihnen will ich zeigen, wie Sie mit zwei griffigen und rasch umsetzbaren Maßnahmen zu einer unbeschwerten Leistungsfähigkeit finden und mehr im Leben erreichen können. That's it.

Ganz zum Schluss will ich Ihnen noch folgendes mit auf den Rettungsweg geben. Wer sich in einer Notlage befindet, wer verzweifelt ist, wessen Hoffnungen weggeblasen wurden wie das Laub von den Bäumen von den Stürmen des Herbstes, schätzt seine Lage mitunter falsch ein. Zwischen bitterem Ende und wundersamer Erlösung liegen für den Notleidenden oft Welten. Unberechtigterweise sieht er diese beiden möglichen Endzustände seiner Malaise meilenweit auseinander klaffen. Leichtfertigerweise übersieht er dabei, dass sich zwischen hoffnungslos und hoffnungsvoll in der Tat meist nicht viel befindet. Im vorliegenden Fall ist es nämlich genau eine Sache: Dieses Buch!

Laufenburg, im November 2010

Ralph Brugger

Befinden Sie sich in akuter Zeitnot?

Dann lesen Sie weiter bei Teil III

„Die Einsatzbesprechung – Leitgedanken zur bevorstehenden Zeitrettung“

Befinden Sie sich in Zeitnot?

Dann lesen Sie ab hier.

Inhaltsverzeichnis

Teil I Warum Nörgeln nicht weiterhilft – und weniger Zeitmanagement manchmal mehr ist

1	Wie! Sie haben keine Zeit? – Toll. Dann haben Sie allen Grund zur Freude!	3
2	Warum ich ein untypischer Zeitmanager bin – und Sie dieses Buch dennoch verdient haben!	9
3	Zeitmanagement mit Vollausrattung – Die geballte Ladung: Ist das immer die beste Lösung?	17
4	Keine Macht den Zeitmanagement-Typberatern – Ich bin ich. Sie sind Sie. Und so soll es auch bleiben!	23
5	Vom besten Zeitmanager aller Zeiten lernen – Warum man manchmal weniger tun muss, um mehr zu erreichen	29
6	Die kopernikanische Wende – und der Beginn einer Zeitmanagement-Wende	37

Teil II Der Hilferuf – S.O.S. Ich bin in Zeitnot

7	Eine gewagte Unterstellung – Zeitnot: Der größte Schwindel aller Zeiten?	45
8	Die Uhr schlägt alle – Der Anfang vom Ende der freien Zeit	51
9	Die verdeckte Zeitrevolution – Vom leidvollen Einzelschicksal zum trendigen Massenphänomen	57
10	Wenn den Stunden die Minuten gestohlen werden – Wo ist meine Zeit geblieben?	63
11	Zeitnot ist das falsche Wort – Warum Zeitnot kein Zeitproblem ist	67

12	Gummizeit: Warum jeder Mensch anders tickt – und Ihre Einstellung Sie auszeichnet	75
----	---	----

Teil III Die Einsatzbesprechung – Leitgedanken zur bevorstehenden Zeitrettung

13	Zeitplanung nach Rumpelstilzchen-Manier – Das war einmal!	85
14	Tausendundeine Nacht – Wenn 1.001 Gedanken ihr eigenes Spiel spielen	91
15	Den Poltergeist in die Schranken weisen – Wie man die innere Ruhe von den äußeren Umständen abschirmt . .	99
16	Warum zwei Rettungsmaßnahmen den Erfolg ermöglichen – und wie uns das „Teile und herrsche“ ins richtige Fahrwasser bringt	105

Teil IV Die Rettung – Maßnahme 1: Platz da! Selektives Outsourcing für Ihre Gedanken

17	Entlastung ist angesagt – Ein klares Konzept für klare Gedanken	115
18	Ist das denn möglich? – Nur zwei aufeinanderfolgende Schritte, und Sie sind perfekt aufgestellt	121
19	Erster Schritt: Entscheiden – Vier Entscheidungen für Ihr persönliches Wohl	125
20	Die erste Entscheidung – Was liegt vor?	129
21	Die zweite Entscheidung – Will/Muss ich es angehen?	131
22	Die dritte Entscheidung – Will/Muss ich es selbst tun?	133
23	Die vierte Entscheidung – Was ist zu tun?	135
24	Zweiter Schritt: Externalisieren – Alles im Blick heißt alles im Griff	137
25	Vergegenwärtigen und Aktualisieren – Ganz spontan, so wie es Ihnen beliebt	143
26	Die Bestandsaufnahme – Ihr ganz persönlicher Start ins Externalisieren	147
27	Feinstruktur ergänzt Grobstruktur – So hält das Externalisieren jeder Last stand	151

28	Ein wichtiges Etappenziel – Klar Schiff! Ihr physisches Deck ist geschrubbt und blankpoliert	155
----	--	-----

Teil V Die Rettung – Maßnahme 2: Film ab! Das Storyboard für den Tag

29	Das überrascht viele – Die große Wirkung einer schlanken Rahmensetzung	161
30	Denkfehler To-do-Liste – 10 gute Gründe um ihr Lebewohl zu sagen	167
31	Warum selbst der Terminkalender Grenzen hat – und Eisenhower uns auch nicht weiterhilft!	179
32	Kaum zu glauben! – Was ein guter Tag wert ist und wie es dazu kommt	185
33	Und es geht doch! – Eine Tagesgestaltung mit Happy-End	193
34	Ein ausgezeichnete Tag – Diese Eckpunkte zeichnen einen guten Rahmen aus	199
35	Hurra ich bin gerettet! – Die Zeit kann mich nicht mehr überholen	205
36	Lean Time Management auf den Punkt gebracht – Eine klare Ansage für die Zeitgestaltung	209

Teil VI Die größten Irrtümer rund um die Zeit – und typische Zeitfallen

37	Das bringt Ihre größeren Aufgaben auf Vordermann – Freie Sicht auf die bevorstehenden Verrichtungen	215
38	Der missverstandene Leistungsgedanke – Warum nicht harte Arbeit, sondern die richtigen Ergebnisse entscheidend sind	221
39	Vergessen Sie die Spitzenleistung – Suchen Sie die Spitzenerfahrung!	227
40	Das haben Sie nun davon – Was die optimale Erfahrung bewirkt	235
41	Denkfalle Perfektionismus – Warum zu viel Perfektion im Job hinderlich sein kann	239
42	Warum die „lange Weile“ eine gute Sache ist – und sich das „Zeit nehmen“ auszahlt	249
	Ruhe	249
	Gemächlichkeit	251
	Langeweile	252
	Geduld	254

Vorzeit	257
--------------------------	-----

Illustre Zeitreisen

Im 19. Jahrhundert - und einem Wirbel der Prozente	29
Im kopernikanischen Kosmos - und der größten Kehrtwende aller Zeiten .	37
Im finsternen Mittelalter - und dem größten Schwindel aller Zeiten	45
Im antiken Rom - und dem größten Spektakel aller Zeiten	51
Im 20. Jahrhundert - und der kommerziellsten Manipulation aller Zeiten .	57
Im alten Ägypten - und der größten Baustelle aller Zeiten	68
Es war einmal... die Geschichte vom Spieglein an der Wand	75
Es war einmal... die Geschichte vom Rumpelstilzchen	85
Im Lande von Tausendundeiner Nacht - und den längsten Nächten aller Zeiten	91
Im Frankreich vor der Französischen Revolution - und der geschmackvollsten Revolte aller Zeiten	106
Im Eisenbahn-Zeitalter - und dem wertvollsten Tipp aller Zeiten	185

Teil I

**Warum Nörgeln nicht weiterhilft – und
weniger Zeitmanagement manchmal
mehr ist**

Kapitel 1

Wie! Sie haben keine Zeit? – Toll. Dann haben Sie allen Grund zur Freude!

Ihre Zeit ist ausgereizt? Wunderbar. Das hört sich gut an. Die Zeit zerrinnt Ihnen zwischen den Fingern? Prima! Eine bessere Nachricht könnte es nicht geben. Ich jedenfalls freue mich für Sie, wenn dem so ist. „Moment mal! Was soll das nun bedeuten?“, denken Sie verdutzt und werfen irritiert ein: „Was heißt hier, Sie freuen sich? Wie bitte darf ich das verstehen?“ Nun, das Vorwort hat den positiven Einschlag von Lean Time Management bereits unterstrichen. Überrascht es Sie da, wenn wir die aufbauende Linie konsequent weiterverfolgen und Ihrer Zeitmisere etwas Erfreuliches abgewinnen? Ihre Zeit vergeht so schnell wie der vorbeirauschende Wind? Demnach ist Bewegung in ihr enthalten. Sie haben Ihrer Zeit „Leben“ eingehaucht und damit Ihr Leben buchstäblich belebt. Bei Ihnen ist etwas los – vielleicht ist sogar der Bär los! Bei Ihnen geht was – vielleicht geht sogar die Post ab! Egal. Wann immer und wo immer es lebhaft zugeht, ist es vor allem die Zeit, die „lebendig“ wird. Wer keine Zeit hat, lebt! Herrlich ist das! Herrlich, weil es ein gutes Zeichen ist und – weil wir in dieser Zeit leben. Ich sage nicht, dass es automatisch gut ist. Ich sage nur, dass die Vorzeichen bilderbuchartig sind.

Ihre Zeitknappheit ist erst mal eine positive Feststellung, weil in diesem Fall Ihre Lebenszeit ausgefüllt ist. Ob Sie die Zeit auch ideal verbrauchen und sinnvoll portionieren, lassen wir für den Moment dahingestellt. Auf was ich hinauswill, ist einzig und allein folgende Tatsache: Offensichtlich verfügen Sie über mehr als genug Beschäftigungsanreize, um Ihre verschiedenen Zeitfenster auszufüllen. Handlungsoptionen, die Sie an die Grenzen Ihres Zeitbudgets führen – und manchmal sogar darüber hinaus. Das ist der positive Gesichtspunkt: Sie besitzen Optionen für die Nutzung Ihrer Zeit! Vor Ihnen tun sich vielfältige Möglichkeiten auf, stehen Ihnen quasi abrufbereit zur Verfügung, drängen sich Ihnen förmlich auf, um Ihr Leben lebenswert zu machen. Na bitte, da haben wir's. Der Fall ist klar! Sie können sich begründeterweise fühlen wie im siebten Himmel. Oder einfach nur in Ihrem Glück schwelgen. Wenigstens aber auf hohem Niveau mit sich zufrieden sein. Allermindestens Wohlgefallen an dieser Situation finden. An einem Funken Hochstimmung führt ganz gewiss kein Weg vorbei.

Sie sind möglicherweise in den frühen Phasen ihres Lebensweges und absolvieren gerade ein Studium oder MBA, um optimal für Ihre weiteren Entwicklungsschritte präpariert zu sein. Vielleicht sind Sie bereits im Berufsleben verankert und gehen einer Arbeit nach, bei der es viel zu tun gibt. Sie sind in wichtigen Projekten

eingebunden, in denen schnelle Fortschritte gefordert sind. Sie stehen eventuell im Kreise einer Familie, in der Sie aufgehen, und sind womöglich in ein attraktives und abwechslungsreiches Vereins- oder Gesellschaftsleben eingebunden. Sie haben vielleicht ein schönes Apartment oder gar ein Haus, das sauber gehalten werden will. Da ist ein fest installierter Kollegenkreis, der das Leben zusätzlich erheitert. Da will eventuell ein schickes Auto in Schuss gehalten werden. Und es gibt natürlich noch vieles mehr, was auf Sie zutreffen könnte, denn vielfältig sind heute die Dinge, die einen beschäftigen. Summa summarum ist bei Ihnen etwas geboten – und das ist in erster Linie ein glücklicher Umstand. Selbst dann, wenn Sie kurz-, mittel- oder langfristig etwas an Ihren Lebensumständen ändern möchten.

Okay, da gibt es vielleicht noch die ein oder andere Sache, der man wenig Positives abgewinnen kann, die aber dennoch Ihre Zeit beansprucht. Vielleicht sollten Sie sich sportlich betätigen, um Ihre körperliche Fitness zu verbessern – oder müssen es sogar, um Ihr Gewicht zu reduzieren. Diese anderen zeitraubenden Dinge und weitere unbequemere Nebensächlichkeiten gibt es natürlich. Aber sie sind in der Unterzahl. Deutlich in der Minderheit. Es sei denn, Sie haben jeglichen Optimismus über Bord geworfen, die Fronten gewechselt und sich auf die Seite der Schwarzmalerei geschlagen. Sollte dies der Fall sein, besteht jedoch kein Anlass zur Sorge. Ihrer Grundeinstellung werden wir in den nächsten Kapiteln noch mehrere positive Impulse verleihen – ein verdecktes Aufbauprogramm sozusagen. Keine Bange! Sie müssen nicht in die Hände spucken, Ärmel hochkrempeln und sich selbst aus dem Graben befreien. Vielmehr erhalten Sie sanften Antrieb und wirkungsvolle Hilfestellung durch die beiden Maßnahmen, um die es bei Ihrer Zeitrettung geht. Das schaffen wir!

Wie auch immer die Dinge bei Ihnen gelagert sind. Zeitknappheit deutet grundsätzlich auf ein erfülltes Leben hin. Wie ich darauf komme? Nun, es gibt eine direkte Verbindung zwischen dem Tempo der Zeit und den Optionen, die dem Einzelnen zur Verfügung stehen. Zeit hat nun mal die Tendenz, umso schneller zu vergehen, je mehr man damit anfangen kann. Das ist Zeit, gesehen unter individuellen Gesichtspunkten. Und es bleibt dabei: Zeitknappheit ist eine gute Sache! Wenn wir sie haben, stören wir uns zwar daran. Aber wenn wir sie nicht haben, vermissen wir sie.

Das krasse Gegenteil – ein Übermaß an Zeit – sind wir nicht gewohnt. Oder wäre es Ihnen etwa lieber, wenn Sie die Zeit buchstäblich totschiessen müssten, wenn Ihnen die Decke auf den Kopf fallen würde? Dann stünden Sie gleichfalls vor einem Problem. Ihre Herausforderung besteht dann nicht darin, Zeit für Ihre Aktivitäten zu finden, sondern eher darin, Aktivitäten zu finden, die Ihre, nun nicht mehr ganz so wertvolle, Zeit füllen können. Für viele ist in der Tat die Zeit „tot“, wenn es keine Möglichkeit zum Zeitvertreib gibt. Das ansonsten so Lebendige – die Zeit – wandelt sich plötzlich ins Gegenteil und manch einer steht vielleicht vor der Frage: „Was zum Henker soll ich mit dieser Zeit anfangen?“

Also, wären Sie zufrieden, wenn Sie frei von jeglichen Pflichten wären, wenn sich keine Handlungsmöglichkeiten vor Ihnen ausbreiten, wenn Sie Tag für Tag eine Leere ertragen müssten? Wären Sie zufrieden, wenn Sie unendlich viel Zeit hätten,

weil jegliche Zukunftsaussichten verloren gehen und das Leben in ein erwartungsloses Warten mündet? Ein Warten auf etwas, das man sich nicht recht vorstellen kann und das auch nicht kommt. Werden in diesem ewig eintönigen Zeitrhythmus die Stunden und Tage nicht bedeutungslos? Ist dann nicht alles gleichgültig? Wäre die Gegenwart dann nicht äußerst dünn und inhaltsarm? Ist es nicht so: Wenn der Fokus auf etwas Externes fehlt, wenden sich die Gedanken unserem Inneren zu und drehen dort Endlosschleifen? Birgt ein derart sinnloses Im-Kreis-Herumlaufen nicht Gefahrenpotential, weil es Zündstoff für Selbstzweifel sein kann?

Ich sage Ihnen: Es gibt ein „Zuviel des Guten“, auch und gerade bei der Zeit. In einem Zeitvakuum ist der Zeitaspekt zwar vernachlässigbar, aber das Leben umso lebloser. Die Tage immer dieselben, sich selbst zum Verwechseln und bis zur Verwirrung ähnlich. Vielleicht wünscht man sich dann das Vergehen der Zeit sehnlichst herbei und schickt gleich nach dem Aufstehen am Morgen ein Stoßgebet ins Himmelreich: „Göttlicher Zeitgeist, lass es Abend werden, wenn’s geht noch vor Mittag.“ Oder, noch schlimmer, setzt voller Verzweiflung einen Notruf ab: „Hilfe, ich habe zu viel Zeit!“

Nein! Auf keinen Fall! Alles, nur das nicht, denn niemand kann so was auf Dauer ertragen. Eine verschwimmende Einförmigkeit schreitender Stunden, die immer in die gleiche Richtung wirkt und ins Bodenlose führt, macht keinen glücklich. Mir jedenfalls sind zeitliche Grenzerfahrungen tausendmal lieber. Zeitknappheit würde ich da allemal vorziehen, denn prinzipiell hat es etwas Gutes an sich, wenn wir unser Zeitbudget ausreizen können. Vor allem, wenn man mal den richtigen Dreh mit der Zeit raus hat, wenn man das Spiel mit der Zeit beherrscht und sich nicht von den äußeren Umständen verschaukeln lässt – aber dafür gibt es ja unsere Rettungsmission mit den zwei Sofortmaßnahmen. Das kommt noch.

Es gibt einen weiteren, wertgeschätzten Grund, um mit einem lachenden Auge auf Ihre „scheinbar“ knapp bemessene Zeit zu blicken. Folgender Grundsatz erklärt warum: „Zeit vergeht – subjektiv gesehen – umso schneller, je wertvoller sie ist.“ Von dieser ersten „Lean Time Management“-Grundregel können wir ableiten: Wenn Ihre Zeit knapp ist und deshalb schnell vergeht, ist sie folglich wertvoll. Das ist Zeit, gesehen unter ökonomischen Gesichtspunkten. Was macht die Zeit werthaltig? Was steigert den Wert der Zeit und führt in der Konsequenz zu einer scheinbaren Verknappung Ihrer Zeit? Was treibt Sie in die wertbedingte Zeitarmut?

In einer industrialisierten Welt steigt der Wert der Zeit ihrer Bewohner parallel mit dem technologischen Fortschritt. Ein wirtschaftlicher Umgang mit der Zeit wird wichtiger. Materiell arme Gesellschaften besitzen hingegen Zeit in Hülle und Fülle. Knappe Zeit ist somit eng mit dem Wohlstand einer Gesellschaft verbunden. „Reiche“ Gesellschaften haben nun mal schnellere Normen. Gesellschaften mit einem etablierten und gut funktionierenden Wirtschaftsgefüge legen größeren Wert auf Zeit. Und Gesellschaften, in denen Zeit wertgeschätzt wird, sind vielversprechende Kandidaten für ein prosperierendes Wirtschaftstreiben. Zeitknappheit als Wohlstandsindikator – so die Zauberformel. Wenn das mal keine gute Botschaft ist. Erfreulich für mich ist hierbei: Sie wissen nun den Wert dieses Buches zu schätzen, denn wir haben es soeben zum Diener Ihres wertvollsten Guts erhoben – Ihrer

Zeit. Sie haben ohne Zweifel eine äußerst sinnvolle Investition getätigt. Vielleicht die beste Investition Ihres Lebens.

Sie merken schon. Zeitnot ist facettenreich und hat gleich mehrere Schokoladenseiten. Hier ist eine weitere: Wenn Sie absolut keine Zeit haben, dann ist Ihre Zeit höchstwahrscheinlich – nein, sogar sicherlich – begehrt. Vorstellen kann man sich dies wie bei einer leckeren Torte mit einem süßlichen Duft. Klar will jeder gerne davon naschen. So in etwa mag Ihr tägliches Zeitbudget für viele einen schmackhaften Kuchen darstellen, von dem man sich liebend gerne bedient. Sich ein Stück Ihrer Zeit herauszuschneiden, dieser Versuchung kann kaum jemand in Ihrem Umfeld widerstehen. Aber wo denken Sie hin? Nicht der Zeit wegen! Nein, keineswegs. Sondern Ihretwegen! Ist doch klar. Man ruft nach Ihrer Zeit, weil man Sie schätzt. Man will Ihnen Zeit abringen, weil Ihre Fähigkeiten gebraucht werden, weil man Ihre Unterstützung wünscht, weil Ihre Meinung zählt und Ihr Rat gesucht ist. Vielleicht aber ist das Motiv ganz anderer Natur. Emotionaler verwurzelt und weniger sachbezogen. Möglicherweise mag Sie jemand so gerne, dass die gemeinsam mit Ihnen verbrachte Zeit für diese Person wiederum die schönste Art ist, seine Zeit „auszugeben“. Rührend und herzerwärmend ist dieses Verlangen nach Ihrer Zeit, denn so entwickeln sich Freundschaften und Herzensangelegenheiten.

Um es auf den Punkt zu bringen: Wenn Sie gefragt sind, ist es Ihre Zeit auch. Wenn Sie sehr gefragt sind, ist Ihre Zeit ebenfalls heiß begehrt. Wenn Sie nicht gefragt sind, ist auch Ihre Zeit unattraktiv. So einfach ist das! Wie hätten Sie's denn gerne? Ich glaube die Antwort zu kennen. Eine stille Vermutung, eine leise Ahnung – oder fast schon eine tiefe Überzeugung. Ja, ich weiß, in welche Richtung Sie tendieren! Gehen wir folglich vom besten aller Fälle aus. Ähm, liege ich richtig? Im besten Fall sind Sie so gefragt, dass am Ende des Tages nichts mehr von Ihrer Zeit übrig bleibt – für Sie übrig bleibt. Das fordert natürlich Ihr Zeitbudget. Das strapaziert Ihre Lebensbalance. Das kann offensichtlich auf Dauer nicht funktionieren. Dennoch sollten Sie diesen Durst nach Ihrer Zeit nicht in ein schlechtes Licht rücken, schließlich ist dies der beste Beweis für die Wertschätzung, die man Ihrer Person entgegenbringt. Ein durch und durch positives Signal also, mit dem man sorgfältig umgehen sollte. Das ist Zeitknappheit unter sozialen Gesichtspunkten.

Und so gesehen ist es doch ganz in Ordnung, wenn wir wenig Zeit haben. Alles bestens, gewissermaßen. Finden Sie nicht auch? So wie sich die Sache unter diesen Blickwinkeln darstellt, gibt es bestechende Gründe, um auch mit wenig Zeit vollauf zufrieden zu sein. Es gibt Fakten, die sich nicht von der Hand weisen lassen. Zufriedenheit kommt immer zur richtigen Zeit. Wir können sie gut gebrauchen, um mit ihrer Hilfe so manche Schattenseiten des Lebens in den Schatten zu stellen. Frohmüt hat noch nie geschadet. Insbesondere nicht in Zeiten wie den unseren, in denen man einen allzu lockeren Umgang mit Katastrophenmeldungen aller Art pflegt. Da „reguläre“ Meldungen heute regelrecht untergehen und wir diese oft nur peripher wahrnehmen, schlagen die Medien über alle Stränge. Sie hauen mächtig auf den Tisch. Dinge aufzubauschen ist mittlerweile an der Tagesordnung.

Mit einem Wetterumschwung kommt heute das Unwetter gleich mit. Wer von einer Brise reden will, dem wird schnellstens der Wind aus den Segeln genommen.

Mit den Tiefs wird tiefgestapelt; nur die Titanic liegt tiefer. Mit den Hochs wird hoch gepokert, denn mit ihnen kommt der Klimawandel. Wenn's im Winter schneit, ist ruck, zuck die Schneekatastrophe da. Fallen an der Börse die Aktienkurse, lautet die haltlose Meldung: „Märkte gehen in den Sturzflug über.“ Bricht ein Vulkan aus, wohnen wir plötzlich auf einem wilden Planeten. Ganz so, als ob aus leichten Verwüstungen gleich eine neue Sahara entsteht. Das findet Gehör. Das kommt beim Hörer an. Und weil die Nachrichten gehört werden wollen, geizen die Boten nicht mit Superlativen. Nichts ist mehr normal. Alles wird noch schlimmer enden, als es angefangen hat.

Reißerische Meldungen geben was her, und wir sind offenkundig so beschaffen, dass uns die Übertreibung gefangen nimmt. Sie trifft uns wie der Eisberg die Titanic. Die Nachrichtenkultur hat sich darauf eingeschossen. Die Spielregeln im Berichtswesen haben sich dahin gehend verschoben. Und dementsprechend fallen die Reaktionen der Allgemeinheit aus. Beim einen schlägt's auf den Magen, beim anderen auf die Zeit – denn wem können wir's da übel nehmen, wenn in einem scheinbar dahinschmelzenden Zeitpolster sogleich eine handfeste Krise gesehen wird? Wie soll man da jemandem vermitteln, dass es sich bei weitem nicht um eine Beinahe-Katastrophe handelt, wenn es mal knapp zugeht mit der Zeit? Aber auch hier kann geholfen werden. Und wie! Es gibt mehr als nur Hoffnung. Jawohl! Zum großen Glück können wir jenen getrost zurufen: „Es ist noch nicht zu spät!“ Und sie im gleichen Atemzug an den ermutigenden Standpunkt von Max Frisch erinnern: „Krise ist ein produktiver Zustand. Man muss ihr nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.“ Sind Sie beruhigt? – Gut.

Nebenbei erwähnt, Sie sollten wissen: Zeitnot ersatzlos streichen ist nicht drin! Schön wär's ja, aber leider lässt sie sich nur mit einer anderen Not ablösen: Zeitnot weg bedeutet Ausredenot da. Warum? Zeitknappheit ist immer für eine Ausflucht gut. Sehr angenehm, wenn man sich so vor Unangenehmem drücken und jede Schuld weit von sich weisen kann: „Könnten Sie mal? Würdest du mal?“ Da kontern Sie lässig: „Ich würde ja wirklich gerne, aber ich hab grad keine...! Ich muss los!“ Diese Platte können Sie nicht mehr auflegen, wenn man Ihnen die Zeitnot gestrichen hat.

Hysterie hin oder her, einen letzten Zahn müssen wir ganz am Schluss noch ziehen. Es wäre äußerst unklug, den Härtefall außen vor zu lassen. Ja, den nicht zu unterschätzenden Härtefall. Schließlich könnte es derart schlimm um Ihre persönliche Zeitsituation bestellt sein, dass Sie tatsächlich jegliche Hoffnung aufgegeben haben. Doch selbst in dieser Aussichtslosigkeit gibt es einen Lichtblick. Und was für einen! Der Volksmund weist in diesem Fall die Skeptiker mit folgenden Worten in die Schranken: „Man macht nur Fortschritte, wenn man nicht mehr weiterweiß.“ Weil die Leere bekanntermaßen Raum für neue, völlig andere Einsichten schafft und zu innerer Wandlung führt, tun sich just in jenen Momenten unerwartete Möglichkeiten auf. Ein Glück. Und immerhin: Wenn wir an dieser Stelle zumindest erreicht haben, dass die Zeitknappheit Sie nicht vollends ins Unglück stürzen kann, können wir einen Erfolg verbuchen. Jetzt müssen Sie es nur noch halten wie Jean Anouilh's wahre Lebenskünstler, die bereits dann glücklich sind, wenn sie nicht unglücklich sind. Das hat was.

Mit diesem motivierenden Ausblick vor Augen vermittelt uns der Rückblick auf all die positiven Zeitnachrichten gleich die doppelte Freude. Wir haben der Zeit unter individuellen, ökonomischen und sozialen Gesichtspunkten nachgespürt. Wir haben viel Positives mitgenommen und wenig Raum für Zeitpessimismus übrig gelassen. Halt! Etwas wäre dabei fast unter den Tisch gefallen. Mit den guten Nachrichten ist es doch noch nicht vorbei. Wir können Ihrer Zeitnot einen weiteren durch und durch erfreulichen Punkt abgewinnen. Ein goldwerter Hoffnungsschimmer. Sie haben wenig Zeit, aber: Wir können etwas dagegen tun!

Kapitel 2

Warum ich ein untypischer Zeitmanager bin – und Sie dieses Buch dennoch verdient haben!

Jedes Leben bringt Wendepunkte mit sich. Meilensteine im Lebensweg, an denen sich die Lebensumstände ändern. Beim Einen geschehen wegweisende Dinge früher, beim Anderen stellen sie sich später ein. Unsere Sensoren registrieren dann fleißig die stattfindenden Umwälzungen und Stück für Stück stellen wir uns auf die neue Lebenssituation ein. Bei mir hat sich beispielsweise während des Studiums eine zeitlose Erkenntnis gefestigt: Der Mensch wird zwar mit viel Zeit geboren, doch spätestens nach der Jugend liegt diese in Ketten. Folglich muss man sich gut organisieren, um etwas aus seiner Zeit zu machen und im Leben voranzukommen. Was aber bedeutet das konkret? Klar hat die richtige Einteilung und sinnvolle Nutzung der Zeit damit zu tun. Aber wie muss es denn ausgestaltet sein – das Zeitmanagement, meine ich?

Was ist Pflicht, was ist essenziell, was gar lebenswichtig? Was macht Sinn, was ist blanker Unsinn? Was hält in der Praxis stand und was ist realitätsfremd? Was ist schmucke Beigabe, was ultracooler Zubehör, was gar purer Luxus? Was kommt an erster Stelle und was läuft nebenher? Was verleiht Flügel, auf was kann man getrost verzichten und was ist sogar vollkommen überflüssig? Muss man zwangsläufig in den sauren Apfel beißen und immer das volle Paket schultern oder gibt es die schnelle Schmalspur-Lösung? Wo kann man sich als „Early-Adopter“ profilieren und was ist längst kalter Kaffee oder sogar Schnee von gestern? Ist die Devise „von allem ein wenig“ oder darf man sich eine Rosine picken? Ist alles leicht verdaulich oder lässt man besser jemanden vorkosten? Muss man an einigen Stellen gar noch selber nachwürzen? Gibt es so was wie eine Erfolgsgarantie oder geht man besser mit einer Risikolebensversicherung ins Rennen? Soll man letzten Endes in James-Bond-Manier alles erstmal schütteln und dann doch noch gut rühren, weil’s die Mischung macht?

Eine ganz andere Frage ist dann noch die nach den optimalen Startbedingungen. Wie kommt man denn am schnellsten in die Gänge? Ist es wie beim Segelfliegen? Aus eigener Kraft kann kein Segler abheben.

Auch wenn der Gleiter noch so leicht ist, ohne fremde Hilfe kommt er nicht vom Fleck, geschweige denn in die Luft. Sollte man auch beim Zeitmanagement auf jemanden setzen, der Starthilfe gibt und dann ordentlich anschiebt? Benötigt man gar einen Brandbeschleuniger, damit’s richtig zündet, oder wird man automatisch zum Senkrechtstarter?

Viele Fragen, wenig Antworten. Aber es ist allemal besser ein paar Fragen zu stellen, als alle Antworten schon zu kennen. Auch meine Eltern haben mir immer wieder bestätigt: Fragen ist erlaubt! Ungewiss sind nur die Antworten, die man bekommt. Ich bin den Fragen nachgegangen; habe Antworten gefunden. Klar ist: Was von Zeitnot befreien soll, darf nicht viel Zeit kosten. Wenn Sie ständig mehr Zeit investieren müssen, als Sie herausholen können, stimmt irgendetwas nicht. Das kommt mir entgegen. Sehr sogar. Möglicherweise sehen Sie dies genauso. Spielen wir doch mal: Wer bin ich, was will ich? Vielleicht zeigt sich da die ein oder andere Gemeinsamkeit zwischen Ihnen und mir.

Ich bin einfach gestrickt. Ich orientiere mich an pragmatischen Vorstellungen – frei nach dem Werbespruch „quadratisch, praktisch, gut!“ Ich stehe für klare Grundprinzipien statt Begriffsverwirrungen. Ich mag es, wenn man mir griffige Lösungen präsentiert. Bei der Lösungsfindung vermitteln mir die folgenden Maximen Orientierung: schlüssig – also in sich stimmig; klar – das heißt für jedermann verständlich und nachvollziehbar; praktikabel – also einfach umsetz- und anwendbar; fokussiert – auf das Wesentliche konzentriert. Sollte mal etwas kompliziert werden, vereinfache ich es. Wenn das nicht möglich ist, neige ich eher dazu, es zu eliminieren oder vollständig auszutauschen und nach anderen, möglichst einfachen Lösungen Ausschau zu halten. „Das Geniale ist immer einfach!“, lautet eine oft zitierte Redewendung. Aber unterschätzen würde ich die Einfachheit nie. Der umtriebige Bertholt Brecht tat dies ebenfalls nicht und hat das Bild der Schmucklosigkeit mit unmissverständlichen Worten zurechtgerückt: „Einfachheit ist schwierig zu erreichen.“ Wie wahr.

Mir gefällt es, wenn man sich kurz fasst und die Dinge auf den Punkt bringt. Konkret bleiben, bitte! Als Verfechter von direkten Wegen liegt bei mir richtig, wer ohne große Umwege zur Sache kommt. Ich schätze es, wenn mich jemand durch Fragenstellen zum Grübeln anregt. Nicht irgendwelche Fragen, sondern die richtigen Fragen! Gute Fragen, die wirklich weiterhelfen und etwas auslösen. Ich lasse mich gerne inspirieren. Ich mag es, wenn sich meine Gedanken frei bewegen können. Ferner trifft es sich immer gut, wenn mich jemand aufheitert und gute Laune verbreitet. Bleibt doch auf diese Weise meine positive Lebenseinstellung intakt. An einer gesunden Portion Lebensfreude und Optimismus liegt mir viel. Dabei muss ich immer an die Geschichte mit den Schuhen in Afrika denken. Wenn ein Schuhfabrikant zwei Verkäufer nach Afrika schickt, kann es so oder so ausgehen. Der eine kann den Chef anrufen und abwinken: „Hier trägt kaum jemand Schuhe. Sehe keine Chancen.“ Der andere kann den Chef unterrichten: „Hier ist großes Potenzial. Erst wenig Leute tragen Schuhe.“

Soweit zum Kurzporträt meiner Person. „Was hat das bitteschön mit Zeitmanagement zu tun?“, werden Sie vermutlich einwerfen. Gegenfrage: Was denken Sie denn nun, wie ich es mit dem Zeitmanagement halte? Eines dürfte sich jetzt schon herauskristallisiert haben: Auf direktem Weg zum Ziel!

Vor allem aber ist es die zweite Seite der Medaille, die uns Stück für Stück der Antwort hinsichtlich meiner persönlichen Zeitmanagement-Haltung näher bringt: „Wer bin ich nicht, was will ich nicht? Worauf lege ich keinen Wert? Mit was

kann ich mich nicht anfreunden?“ Möglicherweise kommt auch hierbei die ein oder andere Parallele bei unseren Veranlagungen zum Vorschein.

Schlechte Nachrichten zum Beispiel sind so gar nicht mein Ding. Aber ich bin bereit, den Tatsachen ins Auge zu sehen. Auf Schönfärberei stehe ich nicht besonders. Ich bin Realist. In komplizierten Lösungen sehe ich nur selten Sinn. Will mir etwa ein Investment-Banker ein kaum durchschaubares Geldanlage-Konstrukt anbieten – ohne mich. „Kaufe nur, was Du verstehst!“, ist eine Devise, die dem legendären Investor Warren Buffett zugeschrieben wird. Er muss es wissen. Will mir jemand ein Geschäft vorschlagen und braucht Stunden um sein Modell verständlich rüberzubringen – dafür bin ich nicht zu haben. Will mir jemand ein Produkt verkaufen, das ein Normalsterblicher nur mit Zufallstreffern bedienen kann – soll er es woanders versuchen. Einfach muss es sein. Wenn es nicht einfach ist, kaufe ich es nicht.

Was gibt es in Bezug auf die Lebensplanung über mich zu erfahren? Bin ich einer, der seinen Lebensweg im großen Stil und mit planerischer Akribie vorzeichnet? Nein, ich zähle mich nicht zu denen, die ihrem Leben eine Marschroute verpassen und es von A bis Z vorstrukturieren. Nein, ich bin nicht jemand, der sein Inneres mit komplizierten Selbstanalyse-Techniken nach außen dreht, um an so etwas wie Lebensziele zu kommen. Eine „Reise ins Ich“ liegt mir fern. Ich möchte nicht tagelang mit einer Selbstfindungs-Tour beschäftigt sein, die leicht zur Selbstzweifel-Tortur ausarten kann. Ich will nicht alles und jenes untersuchen oder hinterfragen, um mich intensiv kennen zu lernen. Mir genügen die groben Strömungen, Ideen, Richtungen und Möglichkeiten, welche diesbezüglich in meinem Kopf umherschwirren. Freimütig gestehe ich: Das Korsett einer weissagenden Lebensplanung ist nicht meine Sache!

Schriftliche Lebensentwürfe werden zwar oft propagiert und stehen vielen sicherlich sehr gut. Der Überzeugung nach soll uns der Tunnelblick in die Kristallkugel mit dem Griffel in der Hand zu den Hintergründen führen. Den Motiven, die wir mit unserem Leben verbinden und die erklären, warum wir etwas erreichen möchten. Wenn unser Tun nicht einem höheren Zweck unterstellt ist, dann wird es zudem auch schwierig sein, den Sinn darin zu erkennen, so die hochfliegende Bergpredigt. Doch auch wenn die Übungen unserem Leben Ordnung einverleiben und Orientierung mit sich bringen sollen, sie machen die tagtägliche Arbeit nicht zwingend zielsicherer und schon gar nicht einfacher. In der Praxis kann ich es immer wieder erleben: Letzten Endes gehen etliche Entwicklungskonzepte am wirklichen Leben vorbei. Die gut gemeinte Lebenssinn-Schnitzeljagd, die Werte-Exploration und die Ziel-Erkundungsbohrungen verfehlen zu oft ihre Wirkung und verpuffen nach kurzer Zeit.

Dennoch kann ich mir gut vorstellen, dass man in einer Ausnahmesituation einen schriftlichen Zukunftsentwurf vornimmt. Zu Beginn eines MBA-Studiums wird einem beispielsweise oft geraten, den eigenen Leidenschaften, Stärken und Schwächen nachzuspüren und einen Karriereplan aufzustellen, in welchem man die Jahre nach dem Abschluss vorausplant. Frei nach dem Motto: „Ohne Ziele ist jeder Weg der richtige!“ Schön und gut. Nur kenne ich bisher noch niemanden, bei dem

das so wie geplant aufgegangen ist. Mag sein, dass der Weg das Interessante bei einer solchen Übung ist. Sie kennen das – der Weg ist wieder mal das Ziel. Im vorliegenden Fall würde der Weg aus den Überlegungen bestehen, die man gezwungen-ermaßen anstellt, um irgendwann einen schriftlichen Lebensentwurf in den Händen zu halten. Das würde mir einleuchten – als strukturierter Prozess der Selbstfindung, vor einem wegweisenden Meilenstein im Leben. Aber für den Normalfall? Nein, danke. Ich habe eine gesunde Vorstellung von dem, was ich tun möchte – und das genügt mir. Ich sehe mich nicht als orientierungslosen Wandersmann im morgendlichen Herbstnebel herumirren, nur weil ich keinen schriftlichen Lebensentwurf vor mir auf dem Tisch liegen habe.

Ich sehe es eher wie Michel Villette, der an der „Ecole des Hautes Etudes en Sciences Sociales“ in Paris lehrt. Während in Business Schools nach klassischer Lehrmeinung die allgemeinen Prinzipien erfolgreicher Unternehmensführung vermittelt werden (dazu zählen Innovationsmanagement, Qualitätskontrolle, optimale Finanzierung, Strategie, Kostenkontrolle, Effizienzsteigerung und Risikofreude), verfolgt Villette einen anderen Ansatz. Er hadert mit der Annahme, dass es einen definierbaren Weg gibt, der, wenn man ihn nur exakt studiert und konsequent umsetzt, jedem Fortune ermöglicht. Villette negiert die einschlägigen Rezepte zwar nicht, vermittelt aber in seinem Buch, dass viele wirklich erfolgreiche Größen der Wirtschaft ihren ersten Durchbruch anderen Fähigkeiten verdanken: Nicht der fixen Vision, sondern dem Auge für eine Chance. Nicht den penibel durchdachten und weit vorseilenden Planungen, sondern raschem Zugriff bei einer sich auftuenden Möglichkeit und der Bereitschaft, komplett vom Plan abzuweichen, sollte ein solcher im Raum stehen. Wohl dem, der dem Zufall eine Chance offen hält. Das Leben ist nun mal kein Projekt, das sich exakt planen lässt.

Deshalb meine abschließende Frage: Kann es beim Lebensentwurf auch spielerischer zugehen? Frei nach dem erbauenden Gedanken von Elfriede Hablé, einer österreichischen Musikerin: „Wünsche sind die beachtlichsten Brückenbauer und die mutigsten Begeher.“ Wieso also nicht ungezwungen in Lebensträumen schwelgen, sich seinen Vorstellungen hingeben, Perspektiven sehen und dann etwas tun, etwas wagen? Willen zeigen, bestärkt durch Walt Disneys kraftvolle Standpauke: „Was du träumen kannst, kannst du auch tun!“ Und heißt es nicht ebenso hoffnungsvoll: „Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg!“ Wer sich etwas vornimmt und mit Disziplin und Ausdauer dran bleibt, hat gute Karten. Mitunter muss man auch „eisernen Willen“ zeigen, damit man bis zum Ende durchhält. Und den lege ich dann schon mal an den Tag. Willensstärke, darauf gebe ich was, das liegt mir am Herzen. Genauso wie einfache Fragen. Zum Beispiel kann ein „Was würde mich begeistern?“ der Anstoß sein, um Leidenschaften zu verfolgen. Dem Glück auf die Sprünge helfen vermag auch die Frage: „Was kann das Leben für mich bereithalten?“

Trotz alledem – und Spontanität hin oder her – will ich meine Zeit optimal ausnutzen, so wie Sie auch. Hier und jetzt. Einfach und schnell. Das ist Zeitmanagement, wie ich und – wenn man den Großteil der Bevölkerung als Maßstab anlegt – auch Sie es mögen. Das wäre vermutlich auch ein Zeitmanagement ohne Jo-Jo-Effekt. Wie war das noch mal in der Welt der Diäten? Erst geht's abwärts,

dann wieder aufwärts. Erst purzeln die Pfunde, kurze Zeit später sind sie wieder da. Moment mal, diesen Effekt kenne ich! Nicht wegen meinen – sicherlich irgendwo eingeschlossenen – Fettpölsterchen, sondern wegen meinem immer kleiner werdenden Zeitpolster. Ich will zwar nicht den Gürtel enger schnallen, aber schon manches Mal wollte ich der Zeitnot an den Kragen, mir ein größeres Zeitpolster zulegen – mittels Zeitmanagement. Doch so wie manch zuversichtlicher Diäten-Aspirant zum niedergeschlagenen Jo-Jo-Opfer gebrandmarkt wird, bin auch ich nun ein gebranntes Kind. Ein gebeutelter Veteran vieler Zeitmanagement-Initiativen.

Was mir beim Zeitsparen bisher wenig geholfen hat, waren Zeitmanagement-Ratgeber in Form von Tipp-Ansammlungen. Potpourris mit einer kaum überschaubaren Anzahl von lose zusammenhängenden Einzelmaßnahmen. Da gibt es oft eine Menge zu tun. Das erfordert intensive Beschäftigung – war aber bei mir nicht drin, da für mich vordergründig das Tagesgeschäft zählt. Ich bin ja nicht Zeitsparer von Beruf! Würde ich mich jedem Tipp oder Einzelvorschlag widmen, so hätte ich das im besten Fall halbherzig durchziehen können. Was hätte mir das schlussendlich gebracht?

Okay, man kann natürlich auf ein paar wenige Tipps setzen. In etwa so, wie es sich bei einem sonntäglichen Pferderennen abspielt, könnte man sein Glück versuchen. Auf der Rennbahn setzt die Spielernatur auf eines der startenden Pferde, ersehnt sich einen Glücksmoment herbei – und tatsächlich: Mit sehr viel Wetglück winkt ein Gewinn. Mit ebenso viel Dusel kann man auch bei den unzähligen Zeitmanagement-Ratschlägen richtig liegen und einen Treffer einheimsen. Aber was bringt diese eine Glückssträhne beim Zeitmanagement? Was gewinnt man mit dieser Ausschnitthaftigkeit? Bringt einen das wirklich spürbar voran? Falls nicht, dann dürfte sich der Aufwand kaum lohnen.

So wie es Großsegler gibt, bei denen etliche Segel an einer handvoll Masten knattern, und die unter voller Besegelung schwermütig die Weltmeere durchpflügen, so gibt es auch Zeitmanagement-Fünftmaster, bei denen auf den unzähligen Segeln ganze Litaneien von Empfehlungen angeheftet sind. Diese tapezierten Fünfmast-vollschiffe drängen sich mir nicht als erste Wahl fürs Zeitmanagement auf. Ihnen kann man oft einen Mast kappen, manchmal auch zwei, bisweilen sogar drei. Wer keine Masten niederreißen will, sollte immer noch wissen, dass man einen Ozeanriesen schleppend bewegt, wo der Zeitnotleidende eine schneidige Fregatte erwartet oder auch mal ein flottes Rettungsboot vorziehen würde.

Diese Rettungsmission konzentriert sich deshalb auf einen „Zwei-Punkte-Plan“. Lediglich zwei Dinge sind hierbei entscheidend – hatten wir das schon erwähnt? Von zwei Sofortmaßnahmen ist hier die Rede und so ist das auch gemeint! Damit ist das Wesentliche getan. Was Ihnen bleibt sind Freiräume, dank derer Sie die oben erwähnten Chancen am Horizont erkennen und mit einem raschen Zugriff erschließen können.

Kann sein, dass Sie enttäuscht sind, wenn Sie erfahren, dass es in diesem Buch keine Checklisten, Tests, Workshops oder Abfragen gibt. Methoden, Formeln und Rezepte brechen ebenso wenig über Sie herein. Persönlichkeitsanalysen mit Auswertungsbögen, Formularen oder Trainingskarten suchen Sie hier ebenfalls vergebens. Vielleicht vermissen Sie auch Protokolle zum Protokollieren oder Tabellen

zum Tabellarisieren – tut mir leid, hab ich nicht in petto. Das Fehlen von Matrizen und Bäumen zum Über-sich-selbst-studieren ist dem Schlankheitsgedanken geschuldet – damit es „lean“ bleibt. Und was Sie erst recht nicht finden sind: „111 Turbo-Beschleuniger-Tipps, mit denen Sie in jeweils 11 Sekunden alles besser und alles schneller machen.“ Hier gibt es nichts dergleichen. Hier gibt’s nur eins, und das dafür umso deutlicher: Eine klare Kante bei der Zeitgestaltung.

Es erscheint dann nur folgerichtig, auch Übungen auszuklammern. Übungen, mit denen Sie sich „intensiv beschäftigen müssen“ – wozu Ratgeber gerne raten. Mein Rat ist ein anderer: Wer Erfolge im Leben verbuchen will, muss sich nicht zwangsläufig an Dingen versuchen, die einem schwer fallen. Sich auf Themen zu konzentrieren, die einem leicht von der Hand gehen, ist genauso erfolgversprechend. Einige meinen, Qualität kommt von quälen. Ich sehe das nicht so. Andere sagen: „Aller Anfang ist schwer.“ Nun, wenn er einem nicht leicht gemacht wird, mag das der Fall sein.

Nebenbei erwähnt: Wer erfolgreiche Menschen studiert, wird eines deutlich feststellen: Sie orientieren sich an einigen wenigen Dingen, die sie weit besser beherrschen als andere – und die ihnen am meisten Spaß machen. In diesem Sinne sage ich: Guter Rat muss nicht teuer sein. Teuer im Sinne von „mit viel Zeitaufwand erkauft“. Mit diesem Buch unterm Arm ergeht es Ihnen deshalb nicht so wie dem Musiker-Kollegen, der mit einer Geige unterm Arm einen Passanten fragt: „Wie bitte geht’s hier zur Philharmonie?“ und als Antwort erhält „Üben, üben, üben!“

Beim Zeitmanagement-Training sind zwar alle reichhaltigen Elemente und Facetten des zuvor aufgeführten Repertoires grundsätzlich in Ordnung, durchaus sinnvoll und in manchen Situationen sicherlich auch sehr wertvoll. Ohne Zweifel! Ich allerdings konnte nach einem solchen Griff in die prall gefüllte Trickkiste keine dauerhafte Verbesserung meiner Zeitsituation feststellen. Mir hat es nicht wirklich weitergeholfen. Für mich scheint der Ansatz mit einem voluminösen Spektrum an Einzelmaßnahmen, tierischen Prinzipien und AKITUME-Methoden (Abkürzungen Klingen Immer Toll Und Machen Eindruck) irgendwie nicht passend zu sein – und deshalb hab ich in diesem Buch darauf verzichtet.

Sich in erster Linie an einigen wenigen – dafür aber wesentlichen – Zeitmanagement-Erkenntnissen zu orientieren, erscheint in vielen Fällen sinnvoll. Das schärft den Blick. Das fokussiert die Gedanken. Das bündelt die Energie. Zeitmanagement kann meiner Erfahrung nach nur zielführend sein, wenn es nicht ausufert. Sie kennen das: Von allem etwas ist ist etwa so viel, wie von allem nichts. Auch Sportler wissen: Aus dem Stand losrennen und nach vorn stürmen – das klappt nicht mit einem Klotz am Bein. Deshalb frage ich Sie: Darf’s etwas weniger Zeitmanagement sein? Zeitmanagement in seiner reinsten Form – in Reinkultur sozusagen. Das hört sich vielleicht untypisch an. Das klingt vielleicht nach einer verrückten Idee. Das gleicht vielleicht einem mutigen Vorstoß. Aber darin liegt auch eine Chance. In diese Richtung würden zumindest die Gedanken des erfolgreichen amerikanischen Schriftstellers Mark Twain gehen, der seinerzeit unverblümt zur Sprache brachte: „Menschen mit einer neuen Idee gelten so lange als Spinner, bis sich die Sache durchgesetzt hat.“ Die angedachte Reduktion – bei Ihrer Zeitrettung