

Coaching-Zone

„Zeit ist Gold“

▶ 1. Teil: über unseren Umgang mit einem wertvollen Rohstoff

Stellen Sie sich vor: Sie sind 70 Jahre alt geworden und im wohl verdienten Ruhestand angekommen. Sie sitzen an Ihrem Lieblingsplatz und schauen auf Ihr Leben zurück. Was hat Ihnen in den vergangenen Jahrzehnten gefehlt? Wonach haben Sie sich gesehnt? Wünschen Sie sich jetzt ernsthaft, hätten sie doch nur mit 40 mehr Zeit im Büro verbracht?

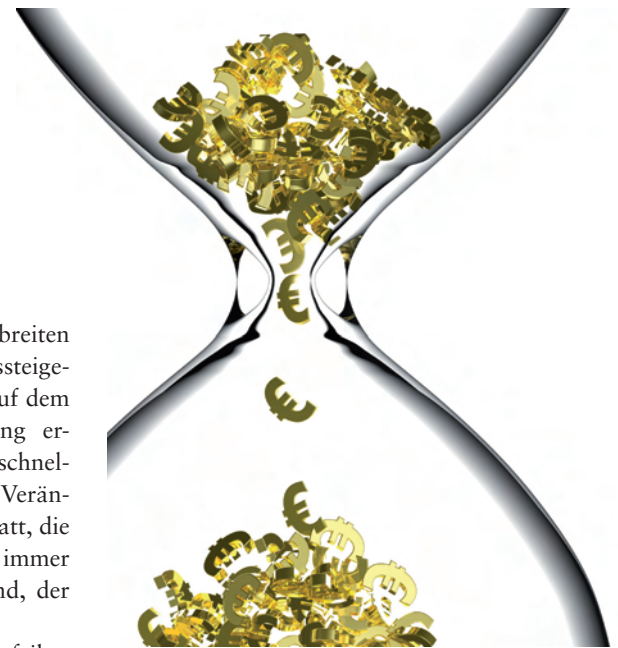
Nicht zufällig beklagen heute Entscheider am häufigsten in ihrem Leben die fehlende Zeit. Sie fehlt mehr denn je. Dabei leben wir heute gut doppelt so lange wie vor 100 Jahren, die tariflichen Arbeitszeiten sind immer noch wesentlich kürzer als vor 35 Jahren, die Technologien von heute steigern die zeitliche Effizienz fast ins Unermessliche. Wo bleibt dann die Zeit? Jeder Tag hält doch für Jeden genau gleiche 24 Stunden bereit.

Auch Zeit-Forscher und Chronobiologen sind dem Phänomen auf der Spur. Nicht alle Menschen haben denselben Zeitsinn, unabhängig davon, wie eng der Terminkalender ist. Nur wenige Menschen sind von ihrer biologischen Informationsverarbeitung her wirklich schnell. Für die von ihren Anlagen her (Nacht-)„Eulen“ hat die Morgenstunde kein Gold im Mund. Gemeinsam ist uns (fast) allen aber: Wir hinken – von der biologischen Ausstattung her – dem enormen Tempo unserer Kultur- und Technologie-Entwicklung hinterher. Menschen sind von der Evolution nach wie vor im Wesentlichen für ein Leben als Fußgänger mit kurzen Sprints, mit Wechseln von Aktion und Ruhe gerüstet – ganz im Rhythmus der Natur. Mit Einzug der Industrialisierung wurde die Zeit getaktet, und aus Zeit wurde

Geld. Die Basisregel, Gewinn und breiten Wohlstand mittels Produktivitätssteigerung zu mehr, wurde im Kern auf dem Wege permanenter Beschleunigung erreicht. Damit fließt nicht die Zeit schneller. Es finden nur wesentlich mehr Veränderungen in einem Zeitabschnitt statt, die unser Hirn zu verarbeiten hat. Für immer mehr Entscheider ein Dauerzustand, der Hirn und Herz chronisch stresst.

Prozessoptimierung, immer ausgefeiltere Refa-Techniken und Zeitmanagementwerkzeuge als Reaktionen auf Wettbewerbsdruck haben hierzu entscheidend beigetragen. Vor allem die Ausbreitung der modernen Medien in der globalisierten Kommunikationsgesellschaft hat zu neuen Chancen, aber auch zu einer massiven Kulturveränderung geführt. Chronos, die getaktete Zeit der alten Griechen, wird abgelöst durch eine neue Form der Produktivitätssteigerung: die Simultanz, d.h. die Vergleichzeitigung. Die Kommunikationstechnologie ermöglicht Simultan-Arbeit rund um den Globus. Prozesse laufen „rund um die Uhr“. Es wird normaler, gleichzeitig mit Headset/Handy in der Bahn an einer Telefonkonferenz teilzunehmen, E-Mails und Börsenkurse zu lesen und an Dokumenten zu arbeiten. Diese Art des Arbeitens wird heute als Multitasking-Kompetenz vielfach erwartet und als hocheffizient geschätzt. Jede vermeintliche Pause oder Lücke wird flexibel genutzt.

Aber: keine Chance ohne Risiko, kein Gewinn ohne Preis. Die Multitasker, die Simultanten, die mit optimaler Technologie und Zeitmanagement alle Herausforderungen meistern wollen, unterliegen



fast immer zwei Gefahren. Zum einen wollen oder sollen sie noch mehr schaffen und geraten in eine Spirale aus noch höherem Erfolgs- und Zeitdruck – Stress auf höchstem Niveau. Zum zweiten haben sie oft längst die physischen Grenzen erreicht und chronisch überschritten. Sie fangen an zu erschöpfen, Fehler zu machen, unüberlegt zu handeln und werden unproduktiv! Viel Zeit wird dann benötigt, um Fehler auszugleichen und Konflikte zu lösen, um Burnout zu bekämpfen und die Balance im Leben wieder herzustellen.

Wir sind heute auf einem Lebens-Geschwindigkeitsniveau im Job und im Privatleben, das bereits in der breiten Masse immer häufiger zu Unfällen durch „menschliches Versagen“ führt. Es stellt sich die Frage: Brauchen wir ein Tempolimit im Umgang mit unserer Zeit?

In der kommenden *faktor*-Ausgabe bekommen Sie Anregungen, wie Sie aus Zeit wieder eher Gold machen und Zeit-Wohlstand erreichen können. ◀



Bernd Fritz-Kolle ist Geschäftsführer des CONNEG-Mitglieds *Coaching Contor Kolle & Partner* mit den Schwerpunkten Change Management sowie Team- und Führungskräfteentwicklung. Kontakt: fritz-kolle@coaching-contor.de