fer-Winkler Seminare an. Es geht dabei keinesfalls um Faulheit, Passivität oder Regression, sondern viel eher um auftankendes Rasten beim Hasten, um produktives Innehalten auf der rasenden Autobahn des Arbeitslebens – um dort wieder kraft- und sinnvoll „beschleunigen" zu können, wo es aktive Menschen in Business oder Alltag brauchen.

Manager lassen sich freiwillig zurückstufen, um mehr Zeit zu haben.

ZEIT-NOTSTAND

Über das Thema Zeitnotstand macht sich Managementtrainer Franz J. Schweifer, einer der führenden Zeittrainer im deutschsprachigen Raum, immer mehr Gedanken. Schweifer: „Zeitnotstand hat Hochkonjunktur. Die Tempokultur lässt hämisch grüßen: Zeit ist nicht (nur mehr) Geld, denn davon haben die meisten im Vergleich zu Zeit genug." Langjährige Erfahrungen als Management-Trainer & (Zeit-) Berater/Coach bestätigen Schweifer die notwendigerweise wachsende Sehnsucht nach Zeit für das einander Mitteilen, Zeit fürs Auftanken, das Rasten beim Hasten, Zeit für gesundes Ausbalancieren von äußerem Arbeitstakt (chronos) und innerem Lebenstakt (kairos), um nicht unfreiwillig und schmerzvoll auf dem Pannenstreifen des Lebens zu landen. Schweifer: „Die Endstation – Krankheit oder Burn-out – wird meist von einem der meistgebrauchten Bedauerungsseufzer: ‚Ach, hätte ich doch ...!" begleitet`. Bekannt auch unter „Hätt'-i-wär'-i-Prinzip" Aber, sorry: zu spät. Oder wie die Italiener sagen: „Tempi passati!"

Gelungenes Zeit-Management bedeutet für Franz Schweifer und sein Team, die persönlich begrenzte Zeit tatsächlich in die Hand zu nehmen und sich nicht bedingungslos der Zeit-Jagdgesellschaft anzuschließen, gemäß dem Motto: „Ich wurde vom Glück verfolgt – doch ich war schneller!" Genau das vermittelt er in seinen meist überfüllten Seminaren sehr gekonnt. Schweifer: „Zeit-Management hat auch mit Selbst-Management (d.h. mit einem Sich-selbst-in-die-Hand-Nehmen), mit LebensManagement und Energie-Management zu tun. Energie und Gesundheit sind Grundvoraussetzung für ein aktives Zeitmanagement."

Faule Ausrede

Der schon oben erwähnte „geflügelte Satz" „Ich habe keine Zeit!" ist im Prinzip nur eine faule Ausrede für falsche Prioritätensetzung oder Wertehierarchie, für Eitelkeit oder Hilflosigkeit (Typ Aufgabenjäger und -sammler bzw. Helfersyndrom). Korrekterweise müsste er lauten: „Ich habe zuviel zu tun!" Denn grundsätzlich hat jeder von uns Zeit, sie wird nur vielfach so randvoll mit Aktivitäten und operativer Hektik vollgestopft, bis tatsächlich nichts mehr von ihr übrig bleibt. Ein praller Terminkalender und viele Verpflichtungen als Scheinvisitenkarte fürs Wichtigsein und Gebrauchtwerden kann eine trügerische Fahrkarte für den Zug „Endstation – was bleibt?" sein. Zeit zu „managen" bedeutet also auch ein Stück gezielter Askese, das heißt gezieltes Weglassen, Loslassen, Beschränken, Konzentrieren, Prioritäten setzen auf dem Weg von kurzsichtiger Effizienz zu weit- und

„Wir sollten wieder lernen, aus der Freizeit Muße zu machen." – Otto Flak

umsichtigerer Effektivität. Sich Zeit nehmen und seine Zeit bewusster gestalten heißt auch „Widerstand gegen die *Zuvielisation*" (Ruth Cohn). So verkommt Fortschritt nicht zu blindem Fortrennen, zu einem Fliehen von Leben und Glück bzw. Lebensglück,von Leben und Zeit bzw. Lebenszeit.

Und: Wie „spät" ist es gerade jetzt bei Ihnen?

„Glück ist, wenn man zusieht, wie die Zeit vergeht und davon überzeugt ist, dass sie für einen arbeitet." *Werner Schneyder*

SCHWEIFER & PARTNER OEG
Coaching · Training · Consulting

begeistern – bewegen – beflügeln

Sie können viel mehr, als Ihnen bewusst ist!

Entdecken und realisieren Sie mit uns Ihre Möglichkeiten.

Schweifer & Partner
Mitteräckerstr. 10, 2344 Maria Enzersdorf b. Wien
Tel.: 02236/86 99 88, schweifer.partner@aon.at