

Zeitdiebe und Zeitbringer

Falsche oder fehlende Ziele sind die größten Zeitdiebe

Ganze Heerschaaren von Zeitmanagementtrainern erklären uns in Hochglanzprospektmanier unsere Zeitdiebe. Telefon, Fernseher, Computer, Kühlschrank, Lärm, Störungen bei der Arbeit, schlecht aufgeräumter Arbeitsplatz, Papierflut und unzureichende Kommunikation werden genannt.

Als Lösung all Ihrer Probleme werden Prioritätenlisten, Ordnungssysteme, Kalenderplaner, Schnelleseurse, Delegation oder die Einführung von Sprechzeiten vorgeschlagen.

Der schöne Schein, Blendwerk, im Detail schon wirkungsvoll aber nur Klein - Klein!

Die größten Zeitdiebe sind falsche und oder unzureichend erarbeitete Ziele!
Ein falsches Studium oder die falsche Ausbildung, zu ehrgeizige Ziele mit zu großem Zeitverbrauch, dadurch Balanceverluste und dann Rückschläge kosten Lebensjahre. Schnellschüsse in der unzureichenden Zielfindung, dann aber lange beharrliche Verfolgung dieses eben nicht optimalen Weges um nach viel zu langer Zeit zu erkennen, dass man in eine Sackgasse geraten ist kosten wirklich viel Zeit. Bei objektiver Betrachtung wussten wir es, wollten aber die persönliche Niederlage nicht eingestehen und halten an gemachten Entscheidungen fest.

Falsche Ziele haben mit begrifflichen Assoziationen zu tun. Schubladendenken, gesteuert von Basalganglien, das zu falschen Schlüssen führt. Ein Kind ist die Krönung unserer Beziehung! Ein zweites Kind kittet unsere beschädigte Beziehung? Stimmt das? Eine Auswanderung löst mein Arbeitsplatzproblem! Stimmt das, so pauschal? Die Masse stellt fest dass es sich um falsche Vorstellungen handelte und kehrt zurück. Beobachten Sie bitte andere Beispiele. Hier wurde immer ein Grundgedanke, ein Klischee mit gut oder schlecht verknüpft, ungeprüft der genauen Umstände. Wir wissen zu wenig und handeln zu schnell.

Ebenso sind fehlende Ziele unglaubliche Zeitvernichter. Hier meine ich Lebenszeitvernichter aus der Sicht von Zeit, die uns am Ende unseres Lebens, bei einem Rückblick in unserer Autobiografie fehlt. Erinnerungslöcher, die entstanden sind weil nichts wirklich bewusst erlebt wurde, sondern Zeit, die durch Zeitvertreib nicht deklariert, nicht erklärt, nicht erinnert werden kann in unserem deklarativen Gedächtnis, dem Sitz unseres Lebenslaufes, eben als Erinnerung fehlt.

Wir zaudern. Wir hätten wunderbare Ziele, aber die kleinen Zwischenschritte, vielleicht nur ein einziger fehlt uns. Wir haben ihn nicht gesammelt. Jetzt können wir die Hürde des nächsten Schrittes nicht nehmen. Wir wüssten alles, machen es aber nicht. Ein Kind lernt krabbeln, laufen, Rutschauto, Roller-, Dreirad-, Fahrradfahren. Jeder Entwicklungsschritt festigt die erlernten Bewegungsabläufe, wir sammeln Erfolgserlebnisse, erholen uns von kleinen Misserfolgen unbeschadet, und auf zu neuen Zielen. Ein Schritt nach dem anderen, eine Stufe nach der anderen nach oben. Erfolg ist eine Treppe, es gibt hier keinen Lift. Man kann auch nicht ungestraft einen Schritt auslassen. Wenn uns im großen Spiel des Lebens ein Schritt fehlt sind wir unsicher und zaudern. Lassen Sie keine nötigen Stufen aus. Und wenn, dann hilft nur eine Umkehr und nachholen.

Ziele steuern unsere Entscheidungen und Handlungen. Dies geschieht auf eine feine Weise. Je nachdem wie wir unsere Ziele gefunden haben entscheiden wir im kleinen wie im grossen Ganzen anders.

Die richtigen, zu uns passenden, untereinander harmonisierenden Ziele sind die größten Zeitbringer. Vorausdenken spart Zeit.

Ziele treiben uns voran. Bewusst oder unbewusst.

Beispiele verdeutlichen dies. Wenn Sie ein Paar Schuhe kaufen entscheiden Sie sich für Schuhe mit bestimmten Eigenschaften. Aussehen, Verarbeitung, Material, Design, Preis, Haltbarkeit, Größe. Sie werden andere Wanderschuhe wählen, wenn Sie 10 Kilometer zum Ausflugslokal im Mittelgebirge spazieren wollen, wenn Sie einen Höhenweg der Alpen in 2500 Meter Höhe in drei Tagen absolvieren wollen oder wenn Sie eine vier wöchige Treckingtour durch den Himalaya, einmalig oder als neues Langfrighthobby planen. Die schicken schwarzen Schuhe zu Ihrem neuen Anzug werden andere sein wenn Sie damit weit laufen, tanzen oder hauptsächlich Autofahren möchten.

Lassen Sie sich beim ersten Schritt des Überlegens, Prüfens ihrer Ziele Zeit. Wenn Sie diese Ziele richtig definiert und abgestimmt haben werden Sie diese Zeit bei den nächsten Schritten, der Umsetzung einsparen. Wenn Fragen und Zweifel auftreten werden Sie richtig entscheiden. Fehler werden Sie schnell korrigieren. Weiteres finden Sie im Arbeitsblatt "Kreatives Problemlösen". Sie werden so auch nicht zaudern, sondern mutig umsetzen.

Vorsicht! Suchen Sie immer erst die großen Ziele, die Lebensziele. Vergessen Sie keine Lebensbereiche. Balancieren Sie Ihre Ziele gut aus. Balanceverluste beginnen langsam, schleichend und sind fast immer die Ursache von Problemen.

Alles was Sie tun braucht seine Zeit. Jede Handlung hat ein Zeitoptimum. Betrachten wir auch hier eine einfaches Beispiel. Sie backen einen Kuchen. Wenn Sie zu schnell vorgehen werden Sie mehr Fehler machen, die Arbeit ist stressig, das Ergebnis unbefriedigend. Wenn Sie zu lange damit rumtun, hierzu zählt auch übertriebener Perfektionismus, fehlt die Zeit anderswo. Der Aufwand an Zeit war hier zu hoch um dieses Ergebnis zu erzielen.

Vergessen Sie bitte die Podeste der Treppe nicht. Erholungen und Pausen sind auf dem Weg Ihrer Erfolgstreppe genauso wichtig wie Leistung. Ihre Erfolge bringen Sie weiter, lassen Sie wachsen, geben einen Reiz. Die Erholung danach lässt Sie neue Kräfte schöpfen. Ihr Körper und Ihre Geist braucht diese Erholungszeit um sich an ein neu gewonnenenes höheres Niveau anzupassen. Im den Rahmen dieses Gesamtkonzeptes könnte eine Reise passen.

Wenn Sie erst ein Ziel gefunden haben, zum Beispiel eine schöne Reise in ein fernes Land dessen Kultur, Landschaft und Klima Sie interessiert, werden Sie viele Beobachtungen in dieser Richtung machen. Sie werden Informationen sammeln, Gespräche führen - Vorfreude ist die schönste sagt man. Sie werden zielgerichtet Reisevorbereitungen treffen und wenn Sie die Umstände gut gewählt haben auch eine bleibende gute Erfahrung mitbringen. Es gibt wenige Menschen, die eine Reise bereut haben. Sie werden die Reise auch anders durchführen und andere Dinge bewusst beobachten, je nachdem welche Lebensziele Sie gefunden haben.