

ZEIT IST LEBENSQUALITÄT

«Bei mir ist die Situation ganz anders...!»

Diesen geflügelten Worten begegnet die Frau, die Zeit und Ordnung in ihrem Handgepäck mitträgt, immer wieder. Führungskräfte am persönlichen Limit wissen viel, investieren jedoch selten genug Kraft und Zeit, um sich selber effektiv zu helfen.

AUTORIN LUCIE JUNGI-SANER

Doppelspurigkeiten, Leerläufe und immer wieder Unterbrechungen. Solche Zeitfresser zeigen sich bei Führungskräften durch stete Ablenkungen und durch Versuche, mehrere Aufgaben gleichzeitig erledigen zu wollen oder zu müssen. Es beginnt ganz unscheinbar mit dem Anhäufen administrativer Arbeiten. Zuerst werden Bagatellen, später auch die wichtigeren Dinge vergessen. Darauf folgen Abend- und Wochenendarbeit, kollidierende Termine und schlussendlich schlägt das Gesamte auf das persönliche Befinden. Überreaktionen, körperliches Unbehagen, unerklärliche Schmerzen, schlechte Laune und/oder starker Motivationsverlust verdüstern das Leben.

Hat der Tag zu wenig Stunden?

Hinter diesem Problem stecken die Hektik des Alltags und meistens die Auftraggeber, die den Unternehmer scheinbar dazu erziehen wollen, nur noch Prioritäten hinterher zu rennen. Anfangs wehrt man sich innerlich dagegen und denkt, dass alles in ruhigeren Zeit wieder aufgearbeitet werden kann. Dauert dieser Zustand jedoch zu lange an, wird irgendwo ein kritischer Punkt überschritten. Dieser gesunde innere Widerstand bricht zusammen. Von da an geht es bergab – man «nimmt es, wie es kommt».

Nehmen Sie Mitarbeiter in die Pflicht!

Gönnen Sie sich Ihren Freiraum, trauen Sie sich und Ihren Mitarbeitern zu, dass Aufgaben delegierbar sind und der Chef nicht alles selber machen muss. Gute Mitarbeiter werden besser, selbstbewusster und fähiger, wenn sie korrekt delegierte Aufgaben erfüllen können. Sobald ein Unternehmer im Arbeitsalltag das Gefühl kennenlernt, sich ab und zu in einer laufenden Waschmaschine zu wähen, ist es höchste Zeit, den Off-Schalter zu finden und das Steuer wieder selber in die Hand zu nehmen. Kein Kapitän lässt sich von Wind und Wetter beeindrucken; er kennt seine Werkzeuge, seine Hilfsmittel, seine Crew und vertraut auf seine Erfahrung – tun Sie das auch. Tun Sie nicht nur für die Firma, sondern auch für Ihr privates Leben alles was nötig ist, und tun Sie es fadengerade ohne Umwege und bis das Ziel erreicht ist.

Fast jeder kennt diese Situation – vor allem bei anderen

Nach einiger Zeit betrachtet man diesen steten Druck als «normal» – Teil der heutigen Zeit. Ein beispielhaftes Szenario: Der Unternehmer verfolgt eine intuitive Arbeitstechnik, die sehr wohl funktionieren kann, aber nur in Zeiten normaler Belastung. Wird das Mass des Üblichen überschritten, wie zum Beispiel in Zeiten



Schöpfen Sie Energie aus der Vorgehensweise, jede Aufgabe definitiv zu erledigen!



Lucie Jungi-Saner, selbstständige Unternehmerin, bietet seit über 25 Jahren wirkungsvolle Hilfe für überlastete Führungskräfte – nicht theoretisch, sondern am Ort des Geschehens: am Arbeitsplatz. www.luciejungi.ch

Prioritäten setzen. Alles immer sofort ist unmöglich.

wirtschaftlichen Aufschwungs, bricht das System zusammen. Durch Schulung und Kurse auf dem Gebiet von Arbeitstechnik und Zeitmanagement wurde bereits viel Wissen angeeignet. Doch wie jeder Techniker weiss, liegt zwischen Theorie und Anwendung oft ein Graben – und dieser Graben verbreitert sich, je hektischer das Geschehen ist.

Sind Sie manchmal zum Davonlaufen bereit...

... wenn nur der Klotz am Bein nicht wäre? Schöpfen Sie genügend Energie aus der Vor-

gehensweise, jede einzelne Aufgabe wirklich definitiv zu erledigen! Werden Sie ehrlich mit sich und lassen Sie sich helfen. Besinnen Sie sich auf all das, was Sie bereits wissen und setzen Sie Ihre Kenntnisse um. Von allen Tipps und Tricks, Hilfsmitteln, guten Ratschlägen und wohlmeinenden Hinweisen werden Sie nur genau so viel profitieren und daraus Nutzen ziehen, wie Sie bereit sind, für sich selber etwas zu tun, bei sich etwas zu verändern, sich der unbefriedigenden Sachlage zu stellen und tatsächlich etwas zu unternehmen! ●