

„Die neue Langsamkeit I“

Immer wieder habe ich in Einzelgesprächen vom Mitarbeitern gehört: „Ich kann nicht mehr“, „Was soll ich noch alles tun?“ Ich habe diese Aussagen analysiert und bin für mich zu folgendem Entschluss gekommen: Viele Menschen sind wirklich in einer Situation, in der sie Überlastung fühlen. In den meisten Fällen ist diese Überlastung jedoch selbstproduziert. Der Hauptgrund ist, dass die meisten Menschen sich selten zurückfallen lassen, um sich selbst einmal zu beobachten, sich selbst zu hinterfragen. Fast zwei Jahre lang war ich an der Entwicklung des Seminars „Die neue Langsamkeit“, ein Seminar für Menschen, die Probleme mit dem Tempo

haben, beschäftigt. Lassen Sie sich einmal zurückfallen und überlegen Sie sich folgenden Satz: „Ich besitze immer mehr Dinge, um damit immer weniger zu tun.“ Dazu zählen im beruflichen Bereich etwa PC-Programme oder im Freizeitbereich Golfbag bzw. Mountain Bike. Sich zurückfallen lassen, Dinge überlegen, Abläufe sich gedanklich vorstellen, zu träumen wie mein Job in drei Jahren aussieht, ja diese Punkte sind für die meisten Menschen nicht unter dem Begriff „Arbeit“ zu finden. Fleißig zu sein, ist eine wichtige Eigenschaft, um Erfolg zu haben, doch ist es heute zuwenig, „nur“ fleißig zu sein. Betrachten wir einmal die Entwicklung der Geschwindig-

keit. In den letzten 100 Jahren hat sich die Geschwindigkeit mehr entwickelt als die Millionen Jahre zuvor. Dass dieser Geschwindigkeitskult nicht ohne „Schaden“ an uns vorbeigeht, erscheint mir klar. Sie werden sich nun fragen „und, was soll ich jetzt tun?“ Ich habe nun einige Fragen an Sie, die Antworten können Ihnen verschiedene Dinge aufzeigen.

- Verwende ich denn das Handy im Restaurant, auf dem Sportplatz, in der Sauna usw. Verwende ich die tolle Errungenschaft das Handys als Übel für mich. Wie kann ich meine Handykultur ändern?

- Wie oft habe ich meine Arbeitsabläufe in den letzten Jahren überprüft?
- Wie oft habe ich überprüft ob ich in meinem Job etwas mache, was nicht mehr zu machen ist. (Bitte nicht lachen, auch das gibt es – mehrfach in der Praxis schon erlebt)
- Wie oft fahre ich auf der Österreichischen Autobahn mehr als 130 km/h um schneller am Ziel zu sein, um Zeit zu sparen. Und dann lässt doch so ein „Irrer“ mich nicht überholen und ihr Schnitt von 150 km/h war wieder kaputt? Erlauben Sie mir eine Frage: „Haben Sie durch das Schnellfahren 3, 5 oder 7 Minuten eingespart?“

Haben Sie schon einmal eine wie oben gezeigte Liste gemacht? Erfahrungswerte zeigen, dass diese beiden Spalten oft meilenweit auseinander liegen. Wie weiß ich, was meine Batterie auflädt? Indem sie etwas tun (joggen, lesen, baden usw.) und anschließend überprüfen Sie, wie es ihnen danach geht, in welchem Zustand Sie beispielsweise am nächsten Tag sind. Und vergessen Sie dabei etwas nicht - das TUN.



Reinhard Zehetner
Gründer & Vorsitzender
ZTN Training & Consulting

ZTN

Training & Consulting
GmbH

Österreich
Bundesstrasse 36
6923 Lauterach
Tel: +43 5574 78021-0
Fax: +43 5574 78021-7

Deutschland
Frankenwaldstrasse 1
95119 Naila
Tel: +49 9282 97840-8
Fax: +49 9282 97840-7

Schweiz
Alte Landstrasse 106
9445 Rebstein
Tel: +41 71 7700867
mobil: +43 664 8536182