

PROF. DR. LOTHAR SEIWERT

«KEINE ZEIT ZU HABEN, IST EINE LEBENSLÜGE.»



Lothar Seiwert (55) ist Europas unbestrittener Guru des Zeit- und Lebensmanagements. Sein Werdegang vom Ministranten zum vielbeachteten Keynote-Speaker und Bestsellerautor ist beeindruckend. Seine pointierten Botschaften regen zum Nachdenken an und motivieren zu einer wirkungsvolleren Lebensgestaltung.

Herr Seiwert, hatten Sie mit dem Thema Zeitmanagement das richtige Gespür für den Zeitgeist?

Es war Zufall, wobei Zu-fall für mich heisst: es fällt dir zu, weil es fällig ist. Ich war nach einigen Jahren im Personalwesen eines grossen Stahlkonzerns in einem Elektronikunternehmen als Managementtrainer tätig. Wenn man neu in eine Abteilung kommt, bekommt man immer die Aufgaben aufs Auge gedrückt, welche

die etablierten Kollegen loswerden wollen. So hiess es einfach: «Das Seminar für Zeitmanagement machst jetzt du.» Ich musste mich zwangsweise mit diesem Thema anfreunden. Wenn mir damals jemand gesagt hätte, dass das eine Lebensmission für mich werden würde, hätte ich ihn für verrückt erklärt.

Hat sich Ihre Einstellung zum Thema Zeitmanagement in den letzten 30 Jahren verändert?

Im Grunde genommen nicht, weil meine Einstellung auf tiefen Werten basiert. Aber der Zeitgeist hat sich weiter entwickelt. Und ich bin auch älter geworden. Mit zunehmendem Alter werden mir die Kostbarkeit und Endlichkeit der Zeit bewusster. Ich bin sensibler geworden und empfinde heute eine grössere Dankbarkeit und Demut für die schönen und wichtigen Dinge des Lebens als früher.

Sie haben Ihr Seiwert-Institut auf den 1. Juli 2008 verkauft. Steht dieser

Schritt auch im Zusammenhang mit Ihrem veränderten Bewusstsein?

Ich propagiere das Modell «Lebenshüte». So habe auch ich immer wieder mal einen Hut abgelegt. Ich war einmal Beamter auf Lebenszeit an einer deutschen Hochschule und hatte diesen Hut abgelegt. Ich habe auch jetzt meinen Hut als Geschäftsführer und Unternehmer abgelegt, um mich beruflich ganz bewusst auf meine beiden Tätigkeiten als Redner und Buchautor zu konzentrieren.

Mitarbeiter klagen oft, ihre Vorgesetzten hätten keine Zeit für sie. Entspricht dies dem Zeitgeist, oder ist es einfach eine Beleidigung?

Grundsätzlich ist das eine Lebenslüge, wenn jemand behauptet, er habe keine Zeit. Dann meint er in Wirklichkeit, er habe «dafür» keine Zeit oder keine Lust, weil ihm andere Dinge wichtiger sind. So gibt es keine Zeitprobleme, sondern nur Prioritätenprobleme.



Wird die Zeit für uns Menschen denn immer knapper?

Die Zeit bleibt an sich immer gleich, aber unser subjektives Empfinden hat sich verändert. Beim Wetter gibt es eine objektive Temperatur, die wir in Celsius messen. Wir sprechen aber auch von einer «gefühlten Temperatur». 15 Grad können angenehm kühl oder warm sein. So ähnlich ist es mit der Zeit. Subjektiv haben wir das Gefühl, dass sich die Uhr immer schneller dreht. Es gibt dazu Langzeitunter-

suchungen, die besagen, dass sich die Leute heute im Alltag rein objektiv gemessen immer schneller bewegen.

Gibt es in unserer Gesellschaft noch andere Indizien für diese Beschleunigung?

In der deutschen Sprache gibt es einen Sprachatlas. So wie die Tiere aussterben, so sterben auch Worte aus. So ist das Wort «Musse» bei uns im aktiven Sprachgebrauch längst ausgestorben. Worte wie Speed, Stress oder Burnout dagegen haben zugenommen. Apple wirbt z.B. für sein neues iPhone mit dem Slogan «doppelt so schnell und halb so billig». Es ist einfach alles härter, schneller und komplexer geworden. Die Erwartungen der Umwelt sind rasant gestiegen. Jeder will alles sofort haben – am liebsten schon vorgestern.

Sie haben einmal gesagt, dass rein statistisch gesehen, die Manager inzwischen mehr Zeit mit E-Mails verbringen als mit Sex. Eine beängstigende Entwicklung?

Das ist leider so. Nehmen wir ein Beispiel. Ich fahre viel mit der Bahn. Da haben die Leute früher meist gelesen. Dann fingen wir an zu telefonieren. Und heute, zumindest in der ersten Klasse des ICE, hat fast jeder, der ein wenig nach Manager aussieht, seinen Laptop aufgeklappt und bearbeitet seine Präsentationen, Excel-Sheets oder E-Mails.

Kann man sich der «Hurry-Sickness» und «Blackberry-Krankheit» heute überhaupt noch entziehen?

Es ist meine Entscheidung, wie ich mit dieser Entwicklung umgehe. Ich habe die Wahlfreiheit. Ich halte es beim Zeitmanagement wie Paracelsus, wonach es keine Gifte und keine Heilmittel gibt, sondern nur Substanzen. Entscheidend ist aber die Dosierung, ob etwas heilt oder toxisch wirkt.

So überrascht es Sie nicht, dass wir heute das Phänomen «Burnout» häufig antreffen?

Es gibt schon viele Menschen, die unter den heutigen Anforderungen leiden. Auf der einen Seite besteht ein Mangel an personellen Ressourcen wie z.B. fehlende Assistenzfunktionen. Erschwerend kommt hinzu, dass alte Kommunikationstechnologien nicht etwa durch neue Technologien ersetzt wurden, sondern zusätzlich benutzt werden, d.h. es kommt immer noch etwas obendrauf dazu.

Stellen Sie auch gegenläufige Entwicklungen fest?

Man hat z.B. Telefonkonferenzen, bei denen mehrere Menschen zusammen geschaltet werden, wieder abgeschafft. Weshalb? Weil keiner mehr zuhört, sondern die Gelegenheit nutzt, mal kurz ins Telefon zu brummen, aber eigentlich nebenbei seine E-Mails abarbeitet. Es sieht ihn ja keiner.

Die psychische Belastung ist nicht zuletzt auch die Folge fehlender Zeitsouveränität. Man fühlt sich fremdbestimmt – gefangen im Hamsterrad. Woran hapert es denn?

Wirkungsvolles Zeitmanagement braucht einerseits Techniken und Tools, andererseits Einstellung und Verhalten. Beides ist wichtig, aber jeder Mensch hat eine unterschiedliche Gewichtung. Meine Überzeugung entspricht einem Verhältnis von 90:10 zugunsten von Einstellung und Selbstdisziplin. Der Schlüssel zum Erfolg heisst mehr denn je, mich auf die für mich wirklich wichtigen Dinge zu konzentrieren. Viele können oder wollen das nicht. Die fehlende Einstellung bzw. die Überwindung des «inneren Schweinehundes» ist der wirkliche Engpass.

Was hilft dagegen?

Coaching oder im Extremfall auch Therapie sind wirkungsvolle Mass-

nahmen. Wichtig ist in jedem Fall, miteinander zu reden, die Situation transparent darzustellen und Zielklarheit einzufordern, z.B. ein kurzes Meeting einzuberufen, mit dem Chef zu reden, um abzusichern, dass man mit den Prioritäten auch richtig liegt.

Und auch einmal einen Boxenstopp einschalten, also bewusst verlangsamen?

Bernie Ecclestone, der Macher der Formel 1, hat einmal zu einem Fahrer gesagt: «Go slow and win the race.» Ich kenne Firmenkulturen, die aus Imagegründen eine operative Hektik verbreiten. Nur wer dauernd am Telefonieren ist, einen übervollen Terminkalender und Schreibtisch hat, der gilt etwas. Einstein hat einmal gesagt, Holzhacken sei deshalb so beliebt, weil es schnelle Erfolgsergebnisse vermittele. Letztlich entscheidend sind allein die Ergebnisse.

Gibt es auch andere Beispiele?

Ja, es gibt Firmen, bei denen Relaxen Teil der Kultur ist. Da werden z.B. kleine Schlafpausen oder Power-Naps eingelegt. So etwa bei Start-up- oder IT-Firmen. Offenbar kann sich besondere Kreativität vor allem in solchen Kulturen entfalten. Und Firmen mit einer unkonventionellen Kultur ziehen auch gute und kreative Mitarbeiter an.

Ihre klaren Botschaften zum Life-Leadership fördern Einsicht und Sensibilität. Sind wir auf gutem Wege?

Das Thema Work-Life-Balance wird zunehmend wichtiger. Ein Wandel von materiellen zu hedonistischen Werten hat eingesetzt. So wollten die Seminarteilnehmer zu Beginn meiner Tätigkeit effizienter werden und wissen, wie man ein Pensum von 16 Stunden in einem 12-Stunden-Tag arbeitet. Seit einigen Jahren höre ich dagegen oft, dass die Leute mehr Zeit für sich selbst oder für die Familie

möchten. Effektivität statt Effizienz ist angesagt.

Gilt dieser Wertewandel nur bei jüngeren Menschen?

Nein, nicht nur. Bei älteren Menschen entsteht dieser Wertewandel aufgrund von Einsicht und Lebenserfahrung. Die Jüngeren zeigen von vornherein ein weniger ausgeprägtes Leistungsdenken – auch geprägt vom Lebensstandard. Diese Einstellung ist problematisch für die Wirtschaft. So kommen männliche Studenten nicht selten mit dem nagelneuen 5-er BMW an die Uni oder Studentinnen mit Gucci-Handtaschen. Die jungen Menschen leben bereits in einer Eigentumswohnung, die ihnen die Eltern frühzeitig überschrieben haben. Ja, was wollen die im Leben noch gross bewegen? Sie wissen gar nicht mehr, wie ein normaler Arbeitstag funktioniert. Der Münchner Sozialforscher Lutz von Rosenstiel hat für dieses Phänomen den treffenden Begriff der «freizeitorientierten Schonhaltung» kreiert. Mit dieser Einstellung überrascht es deshalb nicht, dass es immer schwieriger wird, junge begeisterungsfähige Leute oder «High Potentials» zu rekrutieren.



Dieses Buch ist nur einer von Lothar Seiwerts Bestsellern. Auf der letzten Seite finden Sie weitere Buchempfehlungen.

Diese Entwicklung bleibt nicht ohne Auswirkungen auf die Wirtschaft?

Es wird gravierende Probleme geben im alten «satten» Westeuropa, weil uns nicht nur arbeitswillige, sondern arbeitswütige Menschen aus Asien oder anderen Kulturen zunehmend die Butter vom Brot nehmen werden. Diese Entwicklung hat längst begonnen, aber viele haben das noch nicht realisiert.

Stellen Sie auch Unterschiede im Zeitmanagement zwischen Mann und Frau fest?

Frauen, insbesondere wenn sie berufstätig sind, sind häufig die besseren Zeitmanager. Sie sind von vornherein gewohnt, neben dem Beruf auch noch den Haushalt zu organisieren. In England hat dies eine Studie bei sogenannten «Power Couples» bestätigt, wo beide Partner berufstätig sind. In über 90% der Fälle hatte trotz Emanzipation die Frau die Verantwortung für den Haushalt. Letztlich ist die Frau dafür zuständig, weil sie naturgemäss – und auch das ist bewiesen – höhere Fähigkeiten in Richtung Multi-Tasking hat als viele Topmanager. Diese wären schlicht überfordert, wenn sie dauerhaft mehrere Dinge gleichzeitig machen müssten. Frauen sind in der Regel die besseren Zeitmanager, wenn «Mann» sie lässt. Männer hingegen verfügen in die Regel über das höhere Durchsetzungsvermögen. Auf diese Weise können beide Seiten voneinander lernen und profitieren, wenn sie wollen

Herr Seiwert, herzlichen Dank für das Gespräch.

Sie finden alle HMC-Interviews unter:
www.moser-hmc/pub_fokus.html

Eine Begegnung, die Spuren hinterlässt.

Ich habe Lothar Seiwert live erlebt. Wenn er auf der Bühne auftritt, zieht er die Zuhörer in seinen Bahn. Man spürt seine Leidenschaft und Freude, die Menschen zu inspirieren und zu einer wirkungsvolleren Lebensgestaltung zu motivieren. Der führende Denker und Redner des Time Managements wurde 2007 mit dem Life-Achievement-Award für besondere Verdienste in der Aus- und Weiterbildung gewürdigt.

Bis heute haben nach Seiwerts Angaben mehr als 400'000 Menschen seine Vorträge und Seminare besucht. Die weltweite Auflage seiner in mehr als 30 Sprachen übersetzten Bücher liegt bei rund vier Millionen. Eine beeindruckende Erfolgsstory. Er gründete 1992 das Seiwert-Institut in Heidelberg, das er in diesem Jahr an die Firma TEAM CONNEX AG verkauft hat. Als Mitglied

des Aufsichtsrates bleibt er «seinem Unternehmen» verbunden.

Die Begegnung mit Lothar Seiwert hat bei mir Spuren hinterlassen. So wünsche ich auch Ihnen beim Lesen des Interviews inspirierende und motivierende Erkenntnisse.

Herzlich,



Heinrich Moser



Infos zu Lothar Seiwert

Sie können sich über die Aktivitäten und Publikationen von Prof. Dr. Lothar Seiwert auf verschiedenen Websites näher informieren:

www.seiwert.de

www.baeren-strategie.de

www.bumerang-prinzip.de

Nachfolgende Auswahl an Publikationen von Prof. Dr. Lothar Seiwert ist lesenswert:

Time Management

- Noch mehr Zeit für das Wesentliche, Zeitmanagement neu entdecken
- Zeitmanagement mit Microsoft Office Outlook
- Das neue IxI des Zeitmanagement
- 30 Minuten Zeitmanagement für Chaoten

Life Leadership

- Zeit gewinnen Tag für Tag 2009
- Die Bären-Strategie: In der Ruhe liegt die Kraft
- Wenn Du es eilig hast, gehe langsam
- Balance your life, Die Kunst sich selbst zu führen
- Simplify your life, Einfacher und glücklicher leben

Bumerang-Prinzip

- Das Bumerang-Prinzip, Mehr Zeit fürs Glück

Erfolgs-Strategie

- Das neue IxI der Persönlichkeit

Das Leistungsspektrum der Firma HMC.

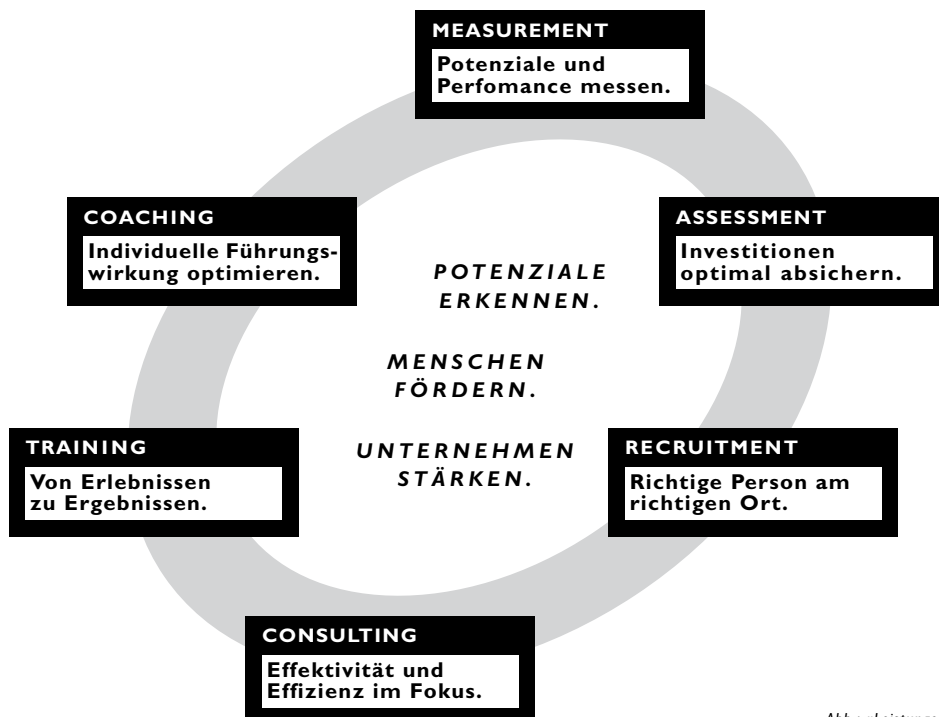


Abb.: «Leistungen»

Dr. Heinrich Moser Consulting HMC

Hardstrasse 43, CH-4052 Basel

T.: +41.61.283 9590

F.: +41.61.283 9593

info@moser-hmc.ch

www.moser-hmc.ch

Die Firma HMC ist Mitglied der ASCO Association of Management Consultants Switzerland (www.asco.ch).