



*Natürlicher Verstand kann fast jeden Grad von Bildung ersetzen,
aber keine Bildung den natürlichen Verstand.*

Arthur Schopenhauer

Weiterbildung auf
NZZ Online

NZZ Online

Donnerstag, 11. Juni 2009, 17:54:34 Uhr, NZZ Online

Nachrichten > Wirtschaft > Aktuell

10. Juni 2009, Neue Zürcher Zeitung

Mensch und Arbeit

Nicht mehr abschalten können

Elektronische Hilfsmittel wie Terminkalender oder E-Mail bringen nicht nur Segen in die Arbeitswelt



Ein Mobiltelefonierer beim British Telecom Tower in Central London. (Bild: Reuters)

Von Vera Sohmer

Blackberry, iPhone, Navy: «Sie kommen mit so niedlichen Namen daher, dass man sie für Kinderspielzeug halten könnte», sagt der Zeitforscher Karlheinz Geissler und lässt mit dieser Einschätzung durchblicken, was er von den elektronischen Geräten hält: wenig. Dabei kann Geissler durchaus nachvollziehen, warum sich vielbeschäftigte Menschen mit den smarten Geräten, die auch gut aussehen, ausstatten. Diese versprechen nämlich, die einem lästigen Arbeiten in kürzerer Zeit zu erledigen: Aufgaben definieren, Termine koordinieren, Pläne kontrollieren, delegieren, sich orientieren – und alles ortsunabhängig, zwischendurch und nebenbei. Rund um die Uhr, immer stand-by, immer on-demand.

Mehr statt weniger Arbeit

Doch genau diese neu gewonnene Geschwindigkeit sei die Crux an der Geschichte. «Rasch haben wir uns an das Tempo gewöhnt, uns ihm angepasst – es wird zum Standard», sagt Geissler. Was eben noch schnell war, ist heute normal, morgen langsam und übermorgen zu langsam. Und genau dann bringe die Industrie noch schnellere Geräte auf den Markt, sagt er. Wer dem Temporausch erlegen ist, deckt sich umgehend damit ein. Andere steigen aus, weil sie erkannt haben, dass sich die Steigerung des Tempos nicht aufs Gerät und die Technik beschränkt. Sie übertrage sich auf sämtliche Handlungsabläufe. Immer schneller zu sein, werde zur generellen Erwartung.

Audio: Podiumsgespräch: Der Fluch und Segen von IT am Arbeitsplatz



Personal Swiss 2007: Effizienzsteigerung oder zuviel Ablenkung durch IT am Arbeitsplatz

Die Folge davon ist permanenter Stress. Und was dem Ganzen laut Geissler die Krone aufsetzt: Man ist dazu geneigt, mittels Zeitmanagements und allerlei schlauer Ratschläge und Tipps immer mehr Zeit zu sparen – ohne darüber nachzudenken, wie es so weit kommen konnte, dass man keine Zeit mehr hat. Oder was man mit der gewonnenen Zeit dann anzufangen gedenkt. Noch mehr arbeiten? Jedes Gerät, das man sich zulege, um sich von Arbeit und Stress zu entlasten, beschere dem Anwender nur mehr von beidem, sagt Geissler. Hinzu komme die Gefahr, sich im elektronischen Schnickschnack zu verlieren, sich von den Geräten absorbieren zu lassen. Der Organisationsberater Beat Märchy bestätigt: «Technostress ist für viele ein ernstzunehmender Belastungsfaktor geworden.» Denn neue Geräte führten vielfach zu doppelspurigem Arbeiten – und zu einer Flut unnötiger Informationen.

Wolfgang Jenewein, Betriebswirtschaftsprofessor an der Universität St. Gallen, teilt die Vorbehalte zumindest in einem Punkt: «Menschen neigen leider dazu, neues Spielzeug exzessiv einzusetzen.» Exzesse, die einen in den Wahnsinn treiben können. Etwa in jenen Firmen, in denen ständige Erreichbarkeit das oberste Credo ist und Mitarbeiter gar nicht mehr abschalten – im wahrsten Sinne des Wortes. «Sie checken nachts ihre Mails, weil sie fürchten, irgendetwas zu verpassen, und Angst davor haben, schnell nicht mehr zum engeren Kreis zu gehören», meint Jenewein. Das schaukle sich hoch und erhöhe den Druck auf den Einzelnen, immer noch schneller reagieren zu müssen. «Man beschäftigt sich gegenseitig und gibt sich der Illusion hin, ein reger E-Mail-Austausch sei produktives Arbeiten.» Dabei seien 90 Prozent der hin und her geschobenen Nachrichten nichts als administrativer Kram. Nicht umsonst gebe es mittlerweile Arbeitgeber, die einen «E-Mail-Free-Friday» eingeführt haben. Ob dieser absolute Nachrichtenstopp zu mehr Kreativität und Produktivität führt, also dazu, sich wieder aufs Wesentliche zu konzentrieren, sei noch nicht beurteilbar. Eines jedoch schon: «Die Angestellten fühlen sich freier, menschlicher gar. Sie nehmen ihr Gegenüber wieder wahr und nutzen die gewonnene Zeit zum persönlichen Gedankenaustausch», behauptet der Ökonom.

Hilfsmittel fürs Selbst- und Zeitmanagement – Segen oder Fluch? Für den Zeitforscher Karlheinz Geissler ist der Fall eindeutig: Er fordert den konsequenten Entzug. «Wir müssen runter von dem Trip, allererster Sinn des Lebens sei das Bemühen, dem Leben mehr Tempo zu verleihen und dabei möglichst auch noch viel Zeit zu sparen.» Pragmatischer sieht es der Produktivitätstrainer Ivan Blatter: Time-System, Outlook, Mind-Manager usw. – all diese Dinge seien Hilfsmittel, nicht mehr, nicht weniger. Auf die richtige Anwendung komme es an, dann bleibe unter dem Strich auch ein Gewinn. Nämlich zumindest das Gefühl, die Sachen im Griff zu haben und nicht dahin zu treiben – oder getrieben zu werden, ohne die grossen Linien zu erkennen. Seine Devise: Je einfacher das Hilfsmittel, desto leichter kann man Daten verwalten, desto geringer ist der Aufwand.

Ausserdem könne nach wie vor durchaus zu Papier und Stift gegriffen werden, statt sich allein auf Digitales zu verlassen. Blatter hält das Aufschreiben für etwas Wesentliches: «Unser Gehirn ist leider nicht dazu geschaffen, alles und jede Kleinigkeit zu behalten.» Aber es erinnere immer wieder und meistens zum falschen Zeitpunkt daran, dass man noch etwas erledigen müsste. Etwa im Kino oder beim Abendessen, selten aber am Schreibtisch. Das lenkt ab und verursacht Stress. «Schreibt man hingegen Unerledigtes konsequent auf, kann sich das Gehirn darauf verlassen, dass nichts verloren geht.» Wie dies geschehe, steht für Blatter nicht an erster Stelle. Elementar sei vielmehr, sich auf ein paar wichtige Dinge im Leben zu konzentrieren. So erkenne man, dass es dauerhaft nicht durchzuhalten sei, den Tag immer noch mehr auszufüllen. Wer dies anstrebe, habe die Prinzipien und Methoden des Selbst- und Zeitmanagements falsch verstanden.

«Wichtig» und «dringend» unterscheiden

Wie also organisiert sich unsereins sinnvoll? Der Buchautor und Zeitmanagement-Experte Lothar Seiwert liefert einen simplen Grundsatz: Unterscheide zwischen dem Wichtigen und dem Dringenden. «Das Dringende ist selten wichtig, das Wichtige selten dringend. Und wenn doch einmal etwas wichtig und gleichzeitig dringend ist, verschiebe es nicht erst in die To-do-Liste. Erledige es sofort.» Und noch einen Rat hat er bereit für jene, die sich ein Zeitplan-Tool anschaffen wollen: Je mehr Funktionen es erfüllt, desto mehr Zeit ist aufzuwenden, bis es optimal bedient und genutzt werden kann, desto mehr ist der Betreffende den Tücken der Technik ausgeliefert. Und: Desto grösser ist die Gefahr, sich zu verzetteln und vor lauter Aufgaben strukturieren und inventarisieren gar nicht mehr zu dem zu kommen, was man eigentlich erledigen sollte. Oder anders ausgedrückt: «Man ist nur noch mit dem Schärpen der Säge beschäftigt und vergisst, dass man den Baum fällen wollte.» Deshalb müsse man aufpassen, dass die elektronischen Hilfsmittel nicht selbst zu Zeitdieben werden, getreu dem Motto: «Wir sind zwar immer noch im Stress, aber moderner.»

Apropos Spielzeug: Auch Seiwert hat sich vor kurzem ein iPhone gekauft. Er weiss, dass er damit auch Termine koordinieren könnte, macht er aber nicht. Er ruft stattdessen unterwegs Fussball- und Formel-1-Ergebnisse ab. Ob dies die wesentlichen Dinge sind, darüber lasse sich allerdings trefflich streiten.

► **Interview:** [Ständige Erreichbarkeit erfordert Selbstkontrolle](http://www.nzz.ch/nachrichten/wirtschaft/aktuell/die_staendige_erreichbarkeit_erfordert_selbstkontrolle_1.2711125.html)

Link:

http://www.nzz.ch/nachrichten/wirtschaft/aktuell/die_staendige_erreichbarkeit_erfordert_selbstkontrolle_1.2711125.html

Diesen Artikel finden Sie auf NZZ Online unter:

http://www.nzz.ch/nachrichten/wirtschaft/aktuell/nicht_mehr_abschalten_koennen_1.2711124.html

Copyright © Neue Zürcher Zeitung AG

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Wiederveröffentlichung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von NZZ Online ist nicht gestattet.
