

Timo Plutschinski

# Büro mit Aussicht

Glauben leben im Berufsalltag

**SCM Hänsler**

# INHALT

Vorwort .....	9
Morgendämmerung .....	11
Zeitsprung .....	11
Zwischen Sonntag und Montag .....	11
Aussicht auf Besserung .....	13
Christsein leben .....	14
Aussichten .....	16
Weckerklingeln .....	17
Halbschlaf .....	17
Dankeschön .....	18
Tausend Gründe .....	21
Ein Danke-Tag .....	24
Aussichten .....	26
Aufstehen .....	27
Verschlafen .....	27
Können ist keine Kunst .....	28
Machthaber .....	31
Aussichten .....	34
Kaffeeduft und Schwarzbrot .....	35
Meine Losung .....	35
Gottesbegegnungen im Alltag .....	36
Aussichten .....	42
Anfahrt .....	43
Automatisch .....	43
Bibel und Business .....	44
Die Arbeit mit Gottes Augen sehen .....	46
Gott sichtbar machen .....	50
Aussichten .....	52
Arbeitsbeginn .....	53
Es gibt viel zu tun... .....	53

Wichtig oder nur dringend? .....	54
Die Arbeit einteilen .....	54
Die Aufgaben gewichten .....	56
Gottes Zeitplan .....	58
Irunurun – Ich laufe, du läufst .....	60
Meine Zeit .....	61
Aussichten .....	63
Meeting .....	65
Unter Strom .....	65
Überall Konflikte .....	66
Sturm zieht auf .....	69
Im Gespräch bleiben .....	71
Motive entdecken .....	73
Der Mensch im Mittelpunkt .....	76
Werte-voller Umgang .....	78
Aussichten .....	79
Mitarbeitergespräch .....	81
Hinter der Fassade .....	81
Führungsqualitäten .....	82
Führungskräfte führen .....	84
Führung färbt ab .....	85
Einfluss durch Offenheit .....	86
Transforming Mentoring .....	89
Aussichten .....	91
Quartalszahlen .....	93
Die Fieberkurve .....	93
Geld, Gold und Götze .....	94
Unabhängigkeiten .....	96
Sorgenfrei .....	99
Gut versorgt .....	99
Aussichten .....	101
Misserfolg .....	103
Vor dem Scherbenhaufen .....	103

Der richtige Umgang mit Fehlern .....	104
Aussichten .....	107
After Work .....	109
Zerreißprobe .....	109
Netzwerk .....	110
Familie vor .....	111
Vitamin B und Beruf .....	116
Balanceakt .....	119
Wildgänse .....	120
Aussichten .....	122
Tagesschau .....	123
Im Fernsehsessel .....	123
Eine Welt, meine Welt .....	124
Christlich wirtschaften .....	126
Konsum und private Einkaufspolitik .....	127
Aussichten .....	130
Tagebuch .....	133
Ende offen .....	133
Rblickend lernen .....	134
Rückschau in die Zukunft .....	137
Aussichten .....	140
Nachtruhe .....	141
Zuletzt .....	141
Standby oder Abschalten? .....	142
Ausgebrannt .....	144
Aussichten .....	147
Literatur .....	149
Vereinigungen/Institutionen .....	150
Anmerkungen .....	151

zweiten Quadrant verbracht werden kann. Dies ist ein Projekt mit Weitblick, das mehrere Monate in Anspruch nehmen kann, sich aber auf jeden Fall lohnen wird!

## Gottes Zeitplan

Wer als Christ plant und Prioritäten setzt, hat den unschätzbaren Vorteil, dass er es mit der Erkenntnis tut, dass Gott einen Plan und ein Ziel hat.

Gott sagt: »Der Herr spricht zu mir: ›Ich will dir den Weg zeigen, den du gehen sollst. Ich will dir raten und dich behüten‹« (Psalm 32,8).

Viele plagen sich allerdings mit der Frage, wie der Plan, den Gott hat, erkannt werden kann. Immer wieder hört man: »Ich würde sehr gerne Gottes Willen tun – wenn ich ihn nur herausfinden könnte.«

Dabei ist wichtig zu wissen, dass Entschlossenheit vor Erkenntnis kommt; sprich: Um Gottes Willen zu kennen, müssen wir erst entschlossen sein, ihn auch zu tun. Wenn dieser feste Wille da ist – der sämtliche Konsequenzen in Kauf nimmt –, brauchen wir Zeit im Gebet und Sensibilität im Alltag.

Entschlossenheit kommt vor Erkenntnis.

Ohne das geht es nicht. Und letztlich müssen wir bei dem, was wir als Gottes Weg erkennen können, Frieden haben. Gott führt nie im Unfrieden.

Mit der Bestimmung dieses göttlichen Plans fängt für einen Christen jede Planung an. Hier gibt es Antworten auf das Warum:

- *Warum ist das wichtig?*
- *Warum soll ich mich engagieren?*
- *Warum muss das getan werden?*
- *Warum kommt das zuerst?*

Wer die geistliche Dimension eines Vorhabens nicht erkennt, für den ist die weitere Planungsarbeit eine sinnlose Last. Denn ein Mensch ist dann unzufrieden, wenn er Zeit in etwas investiert, was ihm im Leben eigentlich unwichtig ist. Und es ist ein großer Unterschied, ob ich arbeite oder ob ich etwas bewirke. Ich fürchte, viele von uns arbeiten zwar schwer, aber am Ende eines Tages oder einer Woche stellt sich heraus, dass sie wenig bewirkt haben. Vielleicht, weil ganz zu Beginn die geistliche Perspektive der Tätigkeiten gefehlt hat.

In aller Betriebsamkeit und Hektik mag es schwerfallen, Ruhe zu bewahren, bei Entscheidungen Gott zu fragen und Frieden zu bekommen. Aber diese Zeit lohnt sich und wird hinterher vielfach wieder eingespart, da Fehlentscheidungen nicht zeit- und kostenintensiv wieder korrigiert werden müssen.

Dazu gehört auch, bei noch so hoher Dringlichkeit sparsam mit (vor-)schnellen Zusagen zu sein. Lieber weniger Vereinbarungen, Zusagen und Entscheidungen, aber die dann auch mit Bedacht und konsequent in der Umsetzung. Das bringt dem Geschäftspartner, Kollegen oder Mitarbeiter Klarheit und man profitiert natürlich auch selbst davon, wenn Aufgaben erfolgreich erledigt werden können.

Zahlreiche Vereinbarungen scheitern, weil sie zu schnell und unüberlegt getroffen wurden, weil man während der Umsetzung keine Teilergebnisse oder Zwischenberichte hatte, weil Kritik fehlte oder weil es oft schlichtweg zu viele Vereinbarungen waren, die parallel bedient werden mussten.

Zu üben ist die sparsame Vorgehensweise zunächst bei den Vereinbarungen mit sich selbst, die im Hinblick auf Integrität unglaublich wichtig sind. Dazu gehören die beliebten guten Vorsätze, die in den ersten Tagen eines Jahres populär sind und schnell an Kraft verlieren. Verletzen wir aber diverse Vereinbarungen und Vorhaben, sinkt das Selbstwertgefühl sofort. Es wird dann normal, Dinge nicht umzusetzen, die man sich

vorgenommen hat. Die Folge ist das Gefühl, tief gesunken zu sein, weil man sich selbst nicht ernst nimmt!

## Irunurun – Ich laufe, du läufst

Mit Begeisterung habe ich kürzlich ein Programm kennengelernt, das genau hier, bei den Selbstverpflichtungen, ansetzt und hilft, selektiver und konsequenter zu werden. Es heißt *Irunurun*<sup>17</sup> (Ich laufe, du läufst) und hilft, die Dinge, die man sich *eigentlich* angewöhnen wollte, auch wirklich regelmäßig in die Tat umzusetzen.

Dazu gehört bei vielen:

- *regelmäßig laufen (daher auch der Name)*
- *Bibellesen (bei Christen)*
- *Zeit mit Freunden/Partner etc. verbringen*
- *Keine Süßigkeiten, Pornos, Videospiele etc. mehr*
- ...

Bei *Irunurun* kann man bis zu sieben Dinge eingeben und jeweils festlegen, wie oft pro Woche man diese Sache schaffen will. Als eine Art »Rechtfertigungs«-Partner (man könnte auch Mentor sagen) können dann Personen angelegt werden, die Einblick auf dieses Profil haben und die Entwicklung sehen. Ferner bekommt man regelmäßig zur Erinnerung E-Mails, sodass nichts in Vergessenheit gerät.

Es wird empfohlen, sich zunächst auf drei bis vier Dinge zu beschränken und sich auf diese zu konzentrieren.

Mit diesem Werkzeug werden also zwei wertvolle Dinge kombiniert:

Erstens: Ich mache mir zunächst einmal intensiv Gedanken, was die (max. sieben) wichtigsten Dinge sind, die mir in den nächsten Monaten »in Fleisch und Blut« übergehen

sollen. Ich bestimme damit die Richtung meiner persönlichen Entwicklung.

Zweitens: Ich werde darin unterstützt, meine Ziele auch wirklich zu erreichen. Ein Programm wie Irunurun hilft mir, das zu schaffen.

Bei allem, was wir uns vornehmen, ist natürlich die Gewissheit wichtig, das Richtige zu tun und mit der Kraft Gottes auch die Umsetzung für möglich zu halten. Zu oft schauen wir uns leider unsere Ziele durch die »Ruinen« der alten Ziele an, die wir nicht erreicht haben, und geben so einem Vorhaben schon gleich schlechtere Chancen. Wir sollten allerdings nicht außer Acht lassen, dass wir in der Regel im Leben immer genau das »anziehen« wie ein Magnet, worüber wir am meisten nachdenken, woran wir am stärksten glauben und was wir uns am lebhaftesten vorstellen. Ob wir glauben, dass uns etwas gelingen wird, oder ob wir denken, dass wir etwas nicht schaffen: in beiden Fällen werden wir recht behalten.

Ob wir glauben, dass uns etwas gelingen wird, oder ob wir denken, dass wir etwas nicht schaffen: in beiden Fällen werden wir recht behalten.

## Meine Zeit

Wofür setzen wir unsere kostbare Zeit ein? Jeder Mensch hat 7 mal 24 Stunden in der Woche Zeit. Je nachdem, wie viel der Einzelne schläft, hat er mehr oder weniger Zeit zur Verfügung. Wir haben allerdings weniger ein Zeitproblem als vielmehr ein Prioritätenproblem. Uns stehen immer mehr Möglichkeiten offen und unsere Welt wird immer komplexer und vernetzter. Es gibt ständig mehr Möglichkeiten und Handlungsvarianten, nicht aber mehr Zeit. Es fällt uns daher zunehmend schwerer zu entscheiden, was wichtig und was unwichtig ist. Die Gefahr wächst, am Ende »aufs falsche Pferd gesetzt« zu haben.



Erschwerend kommt hinzu, dass das Leben immer unmit-  
telbarer wird. Es ist heute kaum möglich, nicht erreichbar  
zu sein. Beinahe alles kann von beinahe überall zu beinahe  
jeder Zeit erledigt werden. Insofern müssten wir eigentlich  
angesichts dieser schnelleren Kommunikationswege mehr Zeit  
haben.

Wir können heute mehr Dinge in weniger Zeit schaffen.  
Doch letztlich kommt es in allen Situationen auf die Frage an:  
Was ist mir im Leben eigentlich wichtig? Und das zu beant-  
worten ist nicht einfach.

Wir sind auch wenig geübt darin zu erkennen, wie wir un-  
sere Zeit effizient verwenden. Üblicherweise lassen sich mit  
lediglich 20 Prozent unserer Tätigkeiten und Aufgaben bereits  
80 Prozent des gesamten Erfolges erzielen. Die übrigen 80 Pro-  
zent des Engagements tragen dann lediglich noch 20 Prozent  
zum Gesamtergebnis bei. Dieses Prinzip, das nach dem italia-  
nischen Ökonom Vilfredo Pareto auch Paretoprinzip<sup>18</sup> heißt,  
lässt sich übrigens auch auf viele andere Bereiche anwenden.  
Bei Besprechungen kommt es beispielsweise meistens in 20 Pro-  
zent der Zeit zu 80 Prozent der Beschlüsse. Oder 80 Prozent  
aller Supportanfragen im Internet beziehen sich immer wieder  
auf die gleichen 20 Prozent der Problemstellungen. Manch-  
mal ist es also gut, nicht allzu perfektionistisch seine Ziele zu  
verfolgen, sondern sich lieber auf die richtigen 20 Prozent zu  
konzentrieren. Das spart eine Menge Zeit.

Die Bibel fordert uns heraus, das Beste aus unserer Zeit  
zu machen und diese klug zu nutzen (Epheser 5,15f). Zeit ist  
unsere wertvollste Ressource. Sie kann weder gespart noch  
gespeichert, sie kann nur verbraucht werden. Zeit ist das  
Leben. Wer also im Umgang mit der Zeit Probleme hat, der  
hat in Wirklichkeit Schwierigkeiten mit den Prioritäten seines  
Lebens.

Darum ist es im Berufsalltag elementar wichtig, Grenzen  
zu ziehen, denn jeder will ja etwas von mir und meiner Zeit:

mein Chef, mein Kollege, mein Kunde, aber auch mein Partner, meine Kinder usw.

Ein gesunder Umgang mit der Zeit beginnt damit, dass ich das Thema anspreche. Ich darf nicht davon ausgehen, dass mir mein Gegenüber die Dinge von der Nase abliest. Ich muss mir und anderen bewusst machen, wann es für mich selbst dran ist, Zeit für mich oder bestimmte Personen zu haben.

Zeit ist das Leben.

Ebenso wichtig ist, dass ich mich selbst nicht zu wichtig nehme. Das passiert schnell, wenn wir uns über unseren Terminkalender definieren. Nach dem Motto: Je voller mein Kalender, desto wichtiger bin ich. Um hier immer das rechte Maß zu behalten, kann es sehr hilfreich sein, jemanden zu haben, der meine Prioritäten infrage stellen darf.

## Aussichten

*Wo bleibt eigentlich meine Zeit?* Versuchen Sie doch einmal, während ein oder zwei Wochen aufzuschreiben, womit Ihre Tage gefüllt sind. Wie viele Stunden verbringen Sie mit welchen Dingen? Fällt Ihnen dabei etwas auf?

*Wie gehe ich mit meinen Aufgaben um – agiere ich, oder reagiere ich nur?* Wie würden Sie bei sich das Verhältnis von Fremdbestimmung zu Selbstbestimmung einschätzen? Gibt es Lebensbereiche, in denen Sie die Verwendung Ihrer Zeit aktiver gestalten könnten?

*Was würde ich gerne tun? Wofür würde ich gerne meine Zeit einsetzen?* Versuchen Sie es einmal mit der 3-x-3-Methode. Benennen Sie jeweils drei Personen, mit denen Sie gerne Zeit verbringen möchten, drei Erlebnisse, die Sie unbedingt machen möchten, und drei Fertigkeiten oder Eigenschaften, die Sie erwerben möchten. Und dann planen Sie jetzt gleich in Ihrem Kalender dafür Zeit ein.