

---

## Zwei Fragen zu Zeitmanagement und Persönlichkeit

Österreichs führender Zeitmanagement-Experte Peter Gall (metacom) über den Zusammenhang zwischen Persönlichkeit und Zeitmanagement:



»Im Zusammenhang mit Zeitmanagement und Persönlichkeit sollten wir uns zwei Fragen stellen:

- Hat die Persönlichkeit eine Auswirkung auf unser Zeitmanagement?
- Beeinflusst und erweitert gutes Zeitmanagement die Persönlichkeit?

Wir werden geboren mit unseren Talenten, Motivatoren und den daraus resultierenden Motiven. In späterer Folge kommen als weitere Faktoren zur Entfaltung unserer Persönlichkeit unsere Erziehung, Vermittlung von Werten, Ausbildung und Lebensstil dazu. Das alles hat natürlich auch einen Einfluss auf unser gelebtes Zeitmanagement.

Wenn ich zum Beispiel dem ›Laisser-faire-Stil‹ fröne, dann werde ich eventuell anderen oder mir schaden, weil ich nicht nach bestimmten Regeln oder Abläufen handle. Ich komme häufig zu spät oder erreiche vorgegebene Ziele nicht. Um dies zu ändern, werde ich meinen Lebensstil an ein gutes Zeitmanagement anpassen müssen. Ich muss erkennen, dass es dabei nicht nur um Anstrengung, Ehrgeiz oder operative Hektik geht, sondern um eine sinnvolle und möglichst selbstbestimmte Zeiteinteilung. Vorrangig werde ich mich um eine Prioritätensetzung bemühen, die auch meinem Stil entspricht und daher auch Auszeiten beinhaltet.

Im Gegensatz dazu könnte ich eine Persönlichkeit sein, die schwer mit Flexibilität und ungeplanten Situationen umgehen kann oder sich selbst wenig Freiraum gönnt. Sobald ein unvorhergesehenes Ereignis auftritt, gerät meine Gedankenwelt durcheinander und ich kann vielleicht nicht schnell genug reagieren. Ich treffe keine oder falsche Entscheidungen und ›stecke den Kopf in den Sand‹. Oder ich werde unsicher und kann mich für keine Alternativen entscheiden. Meine Aufgabe liegt dann darin, Unvorhergesehenes zu planen, um für mich nicht erwartete Zustände vorzubereiten.

Damit sind wir schon bei der Beantwortung der zweiten Frage, ob erfolgreiches Zeitmanagement die Persönlichkeit beeinflusst und erweitert. Zugegebenermaßen sind die oben angeführten Beispiele zwei sehr gegensätzliche Ausprägungen einer Persönlichkeit. Es soll aber zeigen, dass gut angewandtes Zeitmanagement als Mittel zur Bewältigung von Defiziten hilft.

Natürlich wird unsere Persönlichkeit durch Aneignen von Techniken des Selbstmanagements, und dazu gehört Zeitmanagement, nachhaltig beeinflusst. Dabei darf man aber bestimmte Vorgaben, Methoden oder Anregungen nicht als starres Konzept sehen, dem ich mich zu unterwerfen habe. Sondern als Anleitung, meine Zeit besser zu nutzen und einzuteilen, ohne auf meine Bedürfnisse oder Neigungen zu verzichten.

Gebote sind kein adäquates Mittel, denn sie können meinem Stil auch zuwider laufen. Aber sie können Hilfe sein, mit meiner Persönlichkeit, das heißt mit mir, besser umzugehen, um mein Leben nicht ge-füllt, sondern er-füllt zu sehen. Zusammenfassend meine ich, dass die beiden gestellten Fragen nicht getrennt zu sehen sind, sondern sich im Wechselspiel miteinander ergänzen müssen und daher meinen persönlichen Stil und mein Zeitmanagement entscheidend beeinflussen.