Südtiroler Wirtschaftszeitung

100 JAHRE 1919-2019

Wochenblatt für Wirtschaft und Politik 92. Jahrgang, **Nr. 35 | 20,** Freitag, 11. September 2020

IN DIESER AUSGABE

Ach du liebe Zeit!

GESELLSCHAFT – Zeitnot ist zur Zivilisationskrankheit geworden. Was wir dagegen tun können und warum wir über Zeitwohlstand reden müssen. **➔ Seite 2-3**

Südtiroler Wirtschaftszeitung – Nr. 35 | 20 – Freitag, 11. September 2020

INTERVIEW MIT JONAS GEISSLER

„Wir brauchen mehr Zeitvielfalt"

Jonas Geißler nennt sich einen Zeitraumgestalter. Er ist Gründer und Teilhaber von timesandmore – Institut für Zeitberatung in München und Mitautor des Buches „Time is honey: Vom klugen Umgang mit der Zeit".

SWZ: Herr Geißler, was tut ein Zeitraumgestalter?
Jonas Geißler: Ich habe lange gebraucht, um meinen Kindern die Frage zu beantworten, was ich beruflich eigentlich mache. Nun, ich gestalte – meist in Unternehmen und Organisationen – Zeiträume, in denen über Dinge geredet wird, über die sonst nicht geredet würde, entweder weil sie in der operativen Hektik untergehen oder weil sie tabu sind.

Sie sorgen also dafür, dass sich die Menschen (Zeit-)Raum freischaufeln, um über wichtige Dinge zu reden.
Genau. Es sind Zeiträume, die ohne mich eher unwahrscheinlich wären. Das Ergebnis sind Inhalte, die ohne mich nicht entstehen würden …

… eben weil wir im Berufsleben, aber nicht nur dort, unter chronischer Zeitnot leiden. Ist Zeitnot in unserer westlichen Gesellschaft zum größeren Problem geworden als materielle Not?
Ganz ohne materielle Not sind wir nicht, denn der Wohlstand ist ungleich verteilt. Aber im Vergleich zu früheren Gesellschaften hat sich die materielle Not verringert, das stimmt. Unser Geld- und Güterwohlstand ist schlicht durch Zeitnot erkauft. „Zeit ist Geld" lautet ein gefügeltes Wort, das viel über das gewandelte Zeitverständnis aussagt. Früher wäre niemand auf die Idee gekommen, Zeit zu messen und in Geld zu verrechnen. Das hat erst vor 600 Jahren begonnen. Mittlerweile ist uns in Fleisch und Blut übergegangen, uns nicht an der Ereigniszeit zu orientieren, sondern an der Uhrzeit.

Das müssen Sie erklären.
Ich nenne Ihnen ein Beispiel. Einst bekam der Tischler den Auftrag, einen Tisch in einer gewissen Qualität zu fertigen, und er brauchte dafür, wie lange er halt brauchte. Das ist Ereigniszeit. Heute muss der Tischler den Tisch innerhalb einer gewissen Zeit produzieren, und auch das wird noch optimiert, weil Zeit eben Geld ist.

Aber wir leiden nicht nur im Beruf, wo es um Geld geht, an Zeitnot, sondern auch in der Freizeit – und das, obwohl wir im Schnitt weniger Zeit bei der Arbeit verbringen als die Generationen vor uns. Wollen wir zu viel?
Die Zeit, die wir für die Erwerbsarbeit aufwenden, ist statistisch tatsächlich weniger geworden. Sogar über die Viertagewoche wird schon diskutiert. Aber das ist nur die Erwerbsarbeit. Uns wird auch darüber hinaus viel Arbeit abverlangt, Kindererziehung, Pflege, Haushalt, Einkäufe, Bankgeschäfte … Dazu kommt, dass wir für die verfügbare Zeit einfach mehr Optionen als die Generationen zuvor haben. Die Vielzahl an Möglichkeiten verleitet uns dazu, mehrere Leben in einem leben zu wollen. Das Paradoxe ist, dass wir uns davon ein erfülltes Leben versprechen, aber ein gefülltes Leben erhalten. Die Zeit rinnt uns durch die Finger, weil wir das bewusste Genießen des Augenblicks opfern.

Wir wissen um die Bedeutung der Muße für unsere Kreativität und Leistungsfähigkeit. Warum verhalten wir uns wider besseres Wissen anders?
Erstens hat das mit unserer kulturellen Prägung zu tun. Müßiggang wird mit Zeitvergeudung gleichgesetzt und hat ein schlechtes Image: „Müßiggang ist aller Laster Anfang". Zweitens stehen wir ständig im Wettbewerb, und sei es nur der Wettbewerb um Follower in den Sozialen Medien – das zerstört zwangsläufig nichtaktive Zeiten.

Es lässt sich nun mal nicht ändern, dass der Wettbewerb knallhart ist – zum Beispiel jener um Marktanteile, Umsatz und Kund*innen.
Die spannende Frage ist, ob wir wirklich immer getrieben sein müssen. Vielleicht wäre gutes Timing besser als bloße Schnelligkeit: Das neue Produkt oder die Innovation muss im rechten Moment kommen. Der ungeschriebene Code in vielen Unternehmen lautet, dass beschäftigt und aktiv sein muss, wer ein gutes Teammitglied sein will. Das verhindert, dass jemand mal die Füße auf den Schreibtisch legt und einfach nur nachdenkt – abgesehen davon, dass auch gestresst tut, wer gar nicht gestresst ist. Und dann wundern sich die Chefs, warum die Innovationsrate sinkt und die Krankheitsrate steigt.

> Wir haben für die verfügbare Zeit einfach mehr Optionen als die Generationen zuvor. Das Paradoxe ist, dass wir uns davon ein erfülltes Leben versprechen, aber ein gefülltes Leben erhalten.

Haben wir ein gestörtes Verhältnis zur Zeit?
Wir haben ein einseitiges Verhältnis, und es müsste unser Bestreben sein, ein vielfältiges Verhältnis zur Zeit wiederzuerlangen. Es muss nicht alles wieder langsamer werden. Es gibt viele Vorteile von Geschwindigkeit, aber die einseitige Konzentration auf Tempo bringt Nachteile. Ähnlich wie sich Ökosysteme durch Biodiversität stabilisieren, tun dies soziale Systeme – und dazu gehören Unternehmen – durch Zeitvielfalt. Es genügt, dem Bedürfnis der Menschen nach Aktivität und Regeneration zu folgen. Die Raucherpausen sind da ein recht gutes Instrument, es ist nur blöd, dass man dabei rauchen muss.

Was halten Sie von Zeitmanagement?
Zeitmanagement ist für mich Effizienz- und Beschleunigungsmanagement – also das Bestreben, in der gleichen Zeit mehr managementwerkzeuge tatsächlich hilfreich. Manchmal brauchen Menschen und Unternehmen aber nicht noch mehr Strukturierung, sondern einfach Zeitvielfalt, um erfolgreicher und zufriedener zu werden.

Müssen wir beginnen, über Zeitwohlstand zu reden, um unsere Lebensqualität zu verbessern?
Glücklicherweise rückt die Frage, wie wir Wohlstand messen sollen, immer mehr in den Fokus. Langsam kommen Zweifel auf, ob das Bruttoinlandsprodukt dafür genügt. Das Gemeinwohl, aber auch der Zeitwohlstand gehören genauso zu einer guten Gesellschaft und zu Zufriedenheit.

Wie wichtig ist Selbstbestimmtheit für den Zeitwohlstand? Oder anders: Hat weniger Zeitnot, wer sich die Arbeits- und Freizeit selbst einteilen kann, statt fremdgesteuert zu werden?
Selbstbestimmtheit eröffnet die Rahmenbedingungen, ist aber keine Garantie. Vielmehr entsteht daraus ein Qualifizierungsbedarf, wie uns die Corona-Situation vor Augen geführt hat. Bei manchen Menschen führen Homeoffice und flexible Arbeitszeiten zu einer Steigerung der Lebensqualität, manche andere leiden unter der Entgrenzung von Arbeit und Freizeit und beuten sich vermehrt selbst aus.

Apropos Corona: Viele dauergestresste Menschen haben das völlig neue Zeitgefühl während des Lockdown genossen, so ganz ohne Freizeitstress. Wird uns diese Pandemie einen neuen Umgang mit der Zeit lehren – oder werden wir in alte Muster zurückfallen?
Die Gesellschaft scheint mir eher auf dem schnellen Weg zurück zum gewohnten Beschleunigungsmuster. Individuell dürften die gemachten Erfahrungen sehr wohl das Bewusstsein für die Zeit schärfen. Manche Menschen haben die Entschleunigung positiv erlebt, andere hingegen haben festgestellt, dass das Leben vor Corona so schlecht gar nicht war. Immer öfter wird die Frage gestellt, was ein gelingendes Leben ausmacht, und Corona hat diese Entwicklung beschleunigt. Wo, wie und mit wem wollen wir unsere Zeit verbringen? Da sind wir bei Lebensfragen angelangt.

Interview: Christian Pfeifer

LÖWENHOF
Business Lunch
kein Ruhetag | großer Parkplatz
Hotel Löwenhof | Brixen
Tel. +39 0472 836710 | www.loewenhof.it

INFO Jonas Geißler ist am Freitag, 25. September, Referent beim Global Forum Südtirol in der Eurac in Bozen. Unter dem Tagungsthema „Zeit ist Geld – kollektives Burnout oder Paradigmenwechsel?" referieren auf Einladung von Organisator Christian Girardi auch der Alpinist Simon Gietl, der Hotelier Michil Costa sowie die neuseeländischen Unternehmer Charlotte Lockhart und Andrew Barnes, welche die Viertagewoche umgesetzt haben. Programm und Informationen unter www.globalforum-suedtirol.com

Wer hat an der Uhr gedreht?

GESELLSCHAFT – Gestresst im Job, gehetzt beim Vereinbaren von Familie und Beruf, rastlos in der Freizeit: Zeitnot ist zur Zivilisationskrankheit geworden, auch in Südtirol. **Haben wir ein gestörtes Verhältnis zur Zeit?**

Bozen – Zeit ist etwas Eigenartiges. Sie dauert immer gleich lang – und doch vergeht sie mal schneller, mal langsamer. Sie ist immer da – aber wir nehmen sie nur dann wahr, wenn sie entweder knapp oder aber im Überfluss vorhanden ist. Sie ist ein Musterbeispiel für Gerechtigkeit, weil sie allen Menschen ganz demokratisch in Form von 86.400 Sekunden pro Tag zur Verfügung steht – und doch haben manche Menschen zu viel und manche zu wenig davon.

Die Zeitnot ist das neue Armutsrisiko

Zu wenig davon haben immer mehr Menschen. Jeder dritte Deutsche leidet laut Statista unter Zeitnot – Tendenz steigend. In Südtirol dürfte die Situation ähnlich sein. Da wäre einmal der Termin- und Leistungsdruck im Beruf, den Unternehmer und Führungskräfte genauso kennen wie deren Untergebene und der derart auf die Spitze getrieben wird, dass sogar gestresst tut, wer gar nicht gestresst ist – als seien nur Gestresste gute Angehörige unserer Leistungsgesellschaft. Da wäre genauso der Anspruch von Frauen und immer öfter auch Männern, das Familien- mit dem Berufsleben zu vereinbaren – laut Studien klagen berufstätige Eltern am häufigsten über Zeitnot. Und schließlich wäre da der Freizeitstress in einer Welt, die so viele Möglichkeiten eröffnet wie noch nie.

Es gehört zum guten Ton, die Zeit vollzupacken und zu verplanen (siehe Seite 17 dieser SWZ). So kommt es, dass Zeitnot in den westlichen Gesellschaften mittlerweile weiter verbreitet ist als materielle Not. Der permanente Zeitdruck ist das neue Armutsrisiko. „Unser Geldwohlstand ist durch Zeitnot erkauft", sagt der Zeitraumgestalter Jonas Geißler (siehe Interview). Das äußert sich auch darin, dass jene, die genug Geld hätten für das Auskosten ihrer Zeit, sehr oft nicht die Zeit dafür haben – und umgekehrt.

Zeitnot gehört zu den größten Problemen der Gegenwart in den westlichen Gesellschaften. Im Grunde ist das schwer zu verstehen. Unsere Tage haben dieselben 24 Stunden wie vor hundert Jahren. Gleichzeitig hilft uns die Technik, Tätigkeiten ungleich schneller abzuwickeln als damals: der Computer hat die Schreibmaschine ersetzt, die Waschmaschine das Waschbrett, das Auto das Pferd.

Darüber hinaus verbringen wir – zumindest im Schnitt – so wenig Zeit bei der Arbeit wie nie zuvor.

Aus der 72- wurde die 36-Stunden-Woche

Bis Ende des 19. Jahrhunderts malochten die Menschen in Italiens Fabriken 16 Stunden pro Tag, sechsmal pro Woche. Erst mit einem Gesetz von 1899 wurde der Arbeitstag auf zwölf Stunden beschränkt, die Arbeitswoche also auf 72 Stunden. Als 1906 die Arbeiter*innen in Turin mit Streiks den Zehnstundentag und folglich die 60-Stunden-Woche einforderten, stieß dies auf Unverständnis bei den Arbeitgebern.

1919 war der Achtstundentag – bei sechs Arbeitstagen also die 48-Stunden-Woche – die große Errungenschaft der *Arbeiter* in der Metallindustrie und wurde 1923 allgemeingültig. Der freie Samstag und somit die 40-Stunden-Woche kam erst in den 1970er-Jahren. Heute gelten in vielen Kollektivverträgen sogar nur mehr 36 Wochenstunden für Vollzeitkräfte, begleitet von einer steigenden Flexibilität, und die Vier-tage- bzw. 28-Stunden-Woche wird diskutiert („Die Viertagewoche als Lösung?", SWZ vom 4. September, nachzulesen auf SWZonline und über die SWZapp).

In Deutschland war die Entwicklung ähnlich: Galten Anfang des 20. Jahrhunderts elf Arbeitsstunden pro Tag als üblich, wurde 1919 der Achtstundentag bzw. die 48-Stunden-Woche bei gleichbleibendem Lohn durchgesetzt. Die Formel lautete: acht Stunden Arbeit, acht Stunden Schlaf, acht Stunden Freizeit. Mitte der 1960er-Jahre und somit ein paar Jahre früher als in Italien kam die Fünftagewoche.

> Die Tage haben 24 Stunden wie vor 100 Jahren, aber Technik hilft uns, Tätigkeiten schneller abzuwickeln. Und wir verbringen weniger Zeit bei der Arbeit.

Aber obwohl die Arbeitszeit massiv zurückgedrängt wurde, klagen viele Menschen über ein Zuviel an Arbeit und gelten Burnouts als Ausdruck einer gesellschaftlichen Fehlentwicklung. Wie passt das zusammen? Offenbar ist weniger Arbeitszeit nicht per se vorteilhaft, wenn immer mehr zu schaffen ist. Gleichzeitig hatten die Menschen theoretisch mehr Freizeit denn je zur Verfügung, um sich von diesen Strapazen zu erholen. Aber für Erholung bleibt in der Freizeit kaum Platz, weil die Möglichkeiten und Versuchungen zu zahlreich sind. Das Ausreizen des Zeitbudgets verstärkt das Gefühl, dass die Zeit zu schnell vergeht, also muss das knappe Gut noch effizienter genutzt werden – ein Teufelskreis.

Als der Corona-Lockdown Zeit schenkte

Es ist bezeichnend, dass während des Corona-Lockdown ausgerechnet viele dauergestresste Menschen das neue Zeitgefühl genossen haben. Sie hatten plötzlich Zeit, so ganz ohne berufliche Abendtermine und freizeittechnische Wochenendtermine. Freilich konnten sie es nur genießen, weil die gesamte Gesellschaft stillstand. Mit dem Neustart begann auch die Terminhatz wieder, aus Angst, etwas zu versäumen.

Dabei wüssten wir, dass uns Zeiten des Nichtstuns guttun. „Wenn das Gehirn nie die Chance zum Verdauen erhält, Informationen nie in bereits vorhandene Informationen einbetten und in neue Zusammenhänge stellen kann, dann verschwindet das Wissen wieder", sagt der Hirnforscher Henning Beck, der im Herbst 2019 Referent bei der 100-Jahr-Feier der SWZ war.

Wenn wir über Wohlstand reden, müssen wir auch über Zeitwohlstand reden, meint Jonas Geißler. Tatsächlich schiebt sich das Thema immer mehr in den Vordergrund, wie Diskussionen über die Viertagewoche und das Grundeinkommen zeigen. Neue Ansätze regte Karin Jurczyk, Mitglied des Vorstandes der Deutschen Gesellschaft für Zeitpolitik, in einem Beitrag im Wochenmagazin Die Zeit an, und zwar „ein rechtlich verankertes Zeitbudget von etwa neun Jahren", das die Menschen „im Verlauf ihres Erwerbslebens für Sorgearbeit für Kinder, Kranke und Alte, Weiterbildung und Selbstsorge" flexibel nutzen können, finanziert vom Staat – eine Art Grundeinkommen light.

Gesellschaft, Wirtschaft und Politik suchen zunehmend nach Medizinen gegen die Zivilisationskrankheit namens Zeitnot.

Christian Pfeifer
christian@swz.it