

„Wer immer erreichbar ist, erreicht nichts.“

m.next Podcast Folge Nr. 30 mit Cordula Nussbaum



Cordula Nussbaum ist Wirtschaftsjournalistin, Unternehmerin, Bestsellerautorin und Keynote-Speakerin und gilt laut SPIEGEL Wissen und Handelsblatt als führende Zeitmanagement-Expertin. Sie coacht und trainiert namhafte Unternehmen von Allianz über Lufthansa und Pro Sieben bis ZDF. **„Der Begriff Zeitmanagement ist totaler Schwachsinn. Wir können die Zeit nicht managen. Jede Minute, Sekunde zerrinnt uns zwischen den Fingern. Der Begriff hat sich aber etabliert.“**

Den ersten Kontakt mit Zeitmanagement hatte Cordula Nussbaum, als sie im Marketing eines Unternehmens arbeitete. Dort erklärte ihr ein älterer, bestens organisierter Kollege, wie toll es sei, alles in einem Buch durchzuplanen. Kurzenschlossen kaufte sie sich ein Buch, folgte seinen Anweisungen, nur um zu merken, dass dieses System für sie gar nicht funktionierte.

„Das heißt, unterm Strich habe ich nicht Zeit gewonnen, sondern mehr Zeit investiert plus einen Riesenfrust gehabt, weil ich mir dauernd gedacht habe: Cordula, du bist zu blöd, um das Ganze zu kapieren, anzuwenden.“

Nach ihrem Studium der Wirtschaftspsychologie erkannte sie in Marketingseminaren für Unternehmerinnen und Freiberufler den enormen Bedarf an Arbeitsorganisation und Selbstmanagement, damit noch ausreichend Zeit für das eigene Individuum bleibt. Sie entwickelte Zeitmanagement für „kreative Chaoten“, das die Menschen grob in vier unterschiedliche Organisationstypen einteilt:

→ Der spontane, kreative **Igor Ideenreich** liebt Abwechslung. → Die empathische, hilfsbereite **Hanni Herzlich** hat immer ein offenes Ohr. → **Ottmar Ordentlich** ist ein alles akkurat abarbeitender Superplaner. → Die sehr im Detail verhaftete **Dr. Anneliese Logisch** ist ein Zahlen- und Faktentyp.

Diese flexible, wandelbare und spontane Herangehensweise an Selbstmanagement und Aufgabenorganisation preist unterschiedliche Charaktere und unterschiedliche Bedürfnisse mit ein. Oft ist eine konzentrierte, fokussierte Arbeit, vor allem in Großraumbüros, nicht möglich, weil wir viel zu oft gestört werden. Cordula Nussbaum empfiehlt Störungsquellen zu meiden und beispielsweise Push-Benachrichtigungen zu deaktivieren. Aber nicht jede Störung ist ihrer Ansicht nach negativ. Beispiel Kaffeeküche: **„Aber in der Kaffeeküche werden so viel relevante Themen besprochen. (...) Das heißt, wir haben durch vermeintliche Störungen, durch vermeintliche Leerzeiten häufig so einen wertvollen Impact auf die Aufgabe, die wir gerade zu erledigen haben, dass es unterm Strich Kreativität fördert, Konzentration auch fördern kann und vor allem den Fokus fördern kann auf das, was für Unternehmen, fürs Team wirklich wichtig ist.“**

Als einen großen Zeitfresser sieht Cordula Nussbaum Meetings an und findet, dass man einen großen Teil davon ersatzlos streichen kann. Sie rät dazu auf unsere Körper zu hören und nicht in starren Zeitschemata zu arbeiten, ist begeisterte Fokuszeitbefürworterin und stimmt der Aussage voll zu, dass Multitasking zu erheblichem Konzentrations- und Leistungsverlust führt, den IQ senken und zur Verkümmern des Gehirns führen kann.

„Multitasking ist die komplette Mär. Wir können Dinge gleichzeitig tun, wenn eine davon unser Gehirn nicht fordert. Also du kannst Autofahren und Radio hören. Wenn du einparken willst, wird es bei den meisten schon schwierig.“