

März 2016: Etwas Großes, etwas Kleines und dann Meines

Etwas Großes, etwas Kleines - und dann endlich, endlich Meines

Wer von Ihnen arbeitet am Abend von Zuhause oder vom Hotelzimmer aus bis weit nach Mitternacht weiter? Oder legen Sie die zähen Aufgaben gar in die frühen Morgenstunden zwischen 4 und 7 Uhr?

"Beides ganz mein Rhythmus" hätte ich bis vor wenigen Jahren behauptet. Vollgepackte Taschen mit Magazinen, Literatur, Ausdrucken und Plänen, die wichtigsten Unterlagen schon in der Dropbox oder nach Hause weitergeleitet: Was für ein gemütlicher Abend!

Was ich nicht schaffe, kann ich morgens um 6 Uhr noch nachholen.

Viel ? gut

Viel gearbeitet habe ich schon immer. Als Studentin in meinem Teilzeitjob und genauso später als Führungskraft oder in meiner langjährigen Selbständigkeit. Unabhängig von Funktion, Position und Verantwortung packe ich mir wie ein Hamster oder heimlicher Dieb die Taschen voll: Mit Arbeit. Am liebsten in Form von Papier. Meine schlechten Augen sind die Ausrede für die dicken Taschen und die Schlepperei: "Abends sehe ich schlechter..."

Geht es mir energetisch gut und ich habe spannende Themen vorzubereiten oder abzuschließen, bleibe ich gleich bis zum Ende dafür im Büro. "Alles ein Aufwasch" - der geht mir leicht von der Hand, weil ich warmgelaufen bin. Mitternacht? Das ist nur eine schlanke Zeigerkonstellation auf der Uhr und sieht digital auch hübsch aus: vier Nullen.

Zäher Einstieg - lange Nacht

Laufe ich jedoch mit meinem Arbeitspaket bei mittelprächtiger Stimmung nach Hause, kann es bedrohlich werden: Kaum angekommen, finde ich viele Dinge, die parallel zur abendlichen Arbeitsvorbereitung stattfinden müssen. Die Tasche steht schon am Schreibtisch, das Laptop ist geöffnet, und ich finde unzählige, sinnlose Umwege, die vordergründig wie Hausarbeit aussehen. Es wird sicher 22 Uhr, bis ich endlich gelandet und in eine Aufgabe vertieft bin. Schwinge ich mich in einen guten Rhythmus, bin ich gegen Mitternacht hellwach und kreativ. Das halte ich lange durch.

Erfahrung schlägt Überzeugung

Sicher 15 Jahre lang habe ich abends zuhause mehr erledigen können als tagsüber im Büro. Die Nachtschichten fand ich völlig normal und hielt sie hoch: Das war "meine Zeit".

Rückblickend hätte ich mir davon mehr als die Hälfte sparen können. Nicht nur, dass ich wohl 80% meiner Materialsammlung nur durch die Welt getragen habe, ohne sie abends wirklich zu nutzen. Schlimmer: In der Masse steckten gelegentlich die falschen Papiere, so dass ich zwar mental gut eingestimmt, aber

technisch gebremst weiträumige Umwege nehmen durfte.

Wer kennt das nicht: Steh' ich wie der Ochs vorm Berg, kann ich kaum mehr unterscheiden, was gut und wichtig oder gar sinnvoll und richtig ist.

Inzwischen hat sich mein Arbeitsverständnis geändert. Der Tag dehnt sich auch bei mir nicht auf 26 Stunden. Fokus, Klarheit, Reduktion - schöne Worte, die jetzt meine mühevoll und einsam gelernte Wahrheit sind.

Etwas Großes, etwas Kleines - und dann endlich, endlich Meines

So klingt mein abendliches Mantra, das mich häufig vor der ungesunden Nachtschicht rettet und mich darüberhinaus im fokussierten, strukturierten Tagesabschluss unterstützt.

Etwas Großes = etwas Wichtiges

Wichtig für den Kunden, wichtig für die Firma, wichtig für die Kollegen, den morgigen Auftrag oder die nächste Projektphase. Das alles ist groß. Groß ist auch die Arbeit **an** unserer Firma. Dazu später.

Groß heißt komplex, anspruchsvoll, heikel. Groß heißt, hier muss ich mich konzentrieren und mir Mühe geben. Sorgfalt, Konsequenz und Selbstdisziplin sind gefragt, damit mein Einsatz in die richtige Richtung geht. Früher habe ich mich oft mit Formatierungen aufgewärmt. Etwas Großes will die volle Aufmerksamkeit auf den Inhalt und das Ergebnis. Dafür muss ich mit meiner Zeit und Energie haushalten.

Etwas Kleines = eine erste Spur in die Zukunft

Das Kleine hebe ich mir auf. Wenn ich das Große - in angemessener Portion - heute erledigt habe, kommt noch etwas Erfreuliches hinterher. Eine Arbeit, die noch nicht fällig ist, morgen jedoch einen Unterschied bilden kann. Eine Aufgabe, die mir den morgigen Einstieg erleichtert oder für andere einen Vorsprung schaffen kann. Das Kleine fällt mir immer etwas leichter, weil niemand auf mich wartet, weil ich gestalten und überraschen kann. Das Kleine geht mir rasch von der Hand.

Endlich Meines = die Arbeit am Wesentlichen

Das Wichtigste, die Arbeit **an** meinem Leben sollte zu Beginn stattfinden, wenn ich mich noch frisch fühle. Leider schaffe ich das (noch) nicht.

Erst die Arbeit, dann das Spiel: Ich bin zu pflichtbewusst, als dass ich mich erst auf Zukunftspläne, Szenarien und Kreativität einlasse, bevor ich das Große, die mitgebrachte Last, bewältigt habe. Erst das Gefühl von Freiraum durch die erledigte Hausaufgabe lädt mich zu meinen eigenen Anliegen ein. Das Meine kostet viel mehr Kraft und Überwindung als das Große. Der Umschalter von der Pflicht auf die Verpflichtung fällt schwer, weil ich mich aus der Routine in eine andere Disziplin bewege. Will ich es mir leicht machen, ist mein [VÄJ](#) das Meine des Abends. Oft wirkt dieser Ausweg. Dahinter weiß ich: Ich darf

mich mehr anstrengen und an meinen Herzensthemen arbeiten. Sie ziehen sowieso hartnäckig an meiner Aufmerksamkeit.

Mein März 2016

Täglich etwas überschaubar Großes, etwas motivierend Kleines und dann endlich, endlich mit Lust und Spielfreude dann meines.

P.S.: Für diejenigen von Ihnen, die sich erinnern, hat heute mein zweiter [MG](#)-Monat begonnen. Ein paar wunderschöne hellgraue Hogan-Wildleder-Stiefletten mit Lackschnalle haben am 1. März eine grazile neue Trägerin gefunden, die nicht "Rücken" hat.