

## Haben Sie noch Zeit?



„Ich habe überhaupt keine Zeit!“ oder „Ich bin total im Stress!“, das sind Sätze, die wir jede Woche hören oder sagen. Doch warum? Was machen wir mit unserer Zeit? Tun wir nicht manchmal Dinge, die absolut nicht notwendig sind?

Denken Sie zum Beispiel an einen Fahrstuhl. Wie oft haben Sie schon auf den Fahrstuhl gewartet und während des Wartens ungefähr siebenmal auf den Fahrstuhlkнопf gedrückt? Warum haben Sie nicht einfach die Treppe genommen und sind in den zweiten Stock gelaufen? Das ist mit Sicherheit die schnellere Variante, denn nicht nur das Warten auf den Fahrstuhl kostet Zeit. Wenn der Fahrstuhl endlich angekommen ist, öffnet sich die Tür, acht Menschen verlassen den Fahrstuhl, acht andere Menschen betreten den Fahrstuhl, jeder drückt eine andere Etage und kurz bevor der Fahrstuhl losfährt, öffnet sich die Tür noch einmal. Nummer neun möchte auch noch mitfahren.

Oder denken Sie an die Gespräche, die Sie jeden Tag mit Kollegen oder Freunden führen. Psychologen meinen, dass 60 Prozent aller Gespräche von Menschen handeln, die nicht anwesend sind. Das nennt man Klatsch und Tratsch. Nun ist es nicht sinnvoll, auf den Klatsch zu verzichten, denn aus den Fehlern der anderen können wir ja selbst etwas lernen. Wenn man aber die Gespräche um 50 Prozent verkürzt, spart man eine Menge\* Zeit.

Auch mit den neuen Medien kann man sehr viel Zeit verschwenden. Es gibt Leute, die bei *eBay* einen Koffer für den Urlaub kaufen wollen und nach vier Stunden im Internet Besitzer eines Autos sind, obwohl sie gar keinen Führerschein haben. Und wie oft telefonieren Sie mit Ihrem Handy, um jemandem zu sagen, dass Sie gerade im Zug sitzen?

Der größte Zeitkiller aber ist das Fernsehen. Interessanterweise kennen Menschen, die gar keine Zeit haben, das Fernsehprogramm am besten. Sie wissen, dass der Talkshow-Moderator eine grüne Krawatte trug oder was in einer TV-Serie gerade passiert. Auf die Frage „Woher nimmst du so viel Zeit zum Fernsehen?“ antworten sie immer das Gleiche: „Der Fernseher läuft bei mir nur nebenbei.“ Aber wir wissen natürlich, dass es nicht wenige Menschen gibt, die gar nicht in der Lage sind, zwei Dinge gleichzeitig zu tun.