

Wenn ich mal Zeit habe, dann...

«Es wird Zeit für Veränderung», lautete der Titel des letzten [Newsletters](#), aber so war das nicht gemeint. Plötzlich steht alles Kopf, und wir sind verunsichert. Das hat auch seine guten Seiten, denn plötzlich sehen und denken wir anders. Und exakt das braucht es für Veränderungen. Doch Verunsicherung und Irritation allein reichen nicht. Ich habe das gerade selber erlebt: Weil ich zurzeit (wie so viele) im Home Office bin, nahm ich mir vor, endlich den Keller aufzuräumen – ein altes Projekt aus der Sparte «Wenn ich mal Zeit habe, dann...».

Doch trotz mehr Zeit ertappte ich mich dabei, dass ich das Projekt «Keller aufräumen» Tag für Tag verschob. Warum bloss? Zum Glück erinnerte ich mich an ein eindrückliches Video von Professor Kruse zum Thema Change Management, das ich allen sehr empfehlen kann: <https://www.youtube.com/watch?v=FLFyoT7SJFs>.

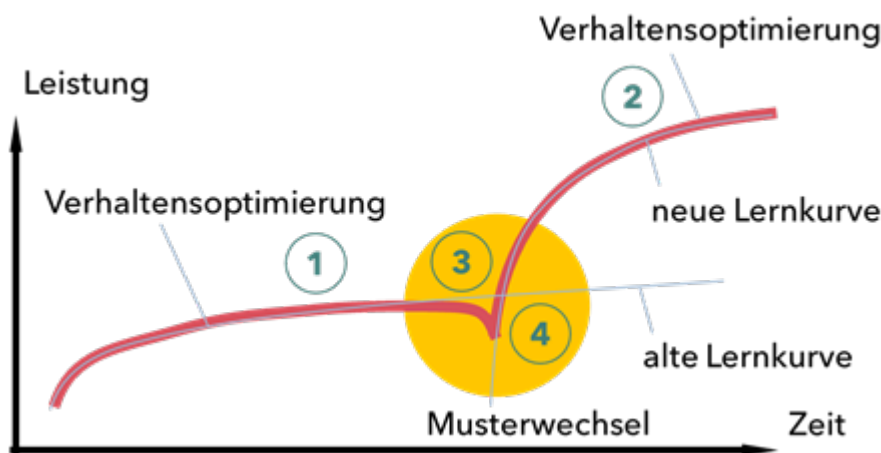


Abbildung: Management von Musterwechseln

Nehmen wir das Projekt «Keller aufräumen». Dass ich überhaupt auf die Idee kam, lag daran, dass er mittlerweile vollgestellt ist mit vielen nutzlosen Dingen (Punkt 1 in der Abbildung). Es braucht also einen Auslöser, der das bisherige Verhalten in Frage stellt.

Trotzdem legte ich nicht gleich los. Der Grund: Mir fehlte eine attraktive Vorstellung für den neuen Zustand (Punkt 2). Das Bild eines sauber geputzten Raumes mit viel Platz für Neues, vielleicht sogar ein neues Hobby - erst als ich das vor Augen sah, machte ich mich an die Arbeit. Danach brauchte ich nur noch zwei Dinge:

Erstens Beharrlichkeit (Punkt 3), um trotz schönem Wetter weiterzumachen. Und zweitens Lernfähigkeit (Punkt 4), um die Aufgabe möglichst gut zu schaffen. Am ersten Tag arbeitete ich drei Stunden am Stück, dann war ich erschöpft. Deshalb setzte ich an den folgenden Tagen nur noch anderthalb Stunden dafür ein. Das half mir, fokussierter zu bleiben, und es machte die Aufgabe überschaubarer.

Genau wie beim Keller ist es auch mit Innovationsprojekten - nutzen Sie dieses Wissen beruflich und privat. Gut möglich, dass Sie im Home Office so das Ei des Kolumbus finden, schliesslich ist bald Ostern.

Bleiben Sie gesund - und weiterhin zu Hause

Roland Haas

P.S. Ich engagiere mich zurzeit ehrenamtlich für [Helpful ETH](#), einer Initiative von Forschenden und Studierenden der ETH, um an Projekten für Spitäler und andere Gesundheitseinrichtungen zu arbeiten. Vielleicht ist das auch etwas für Sie.