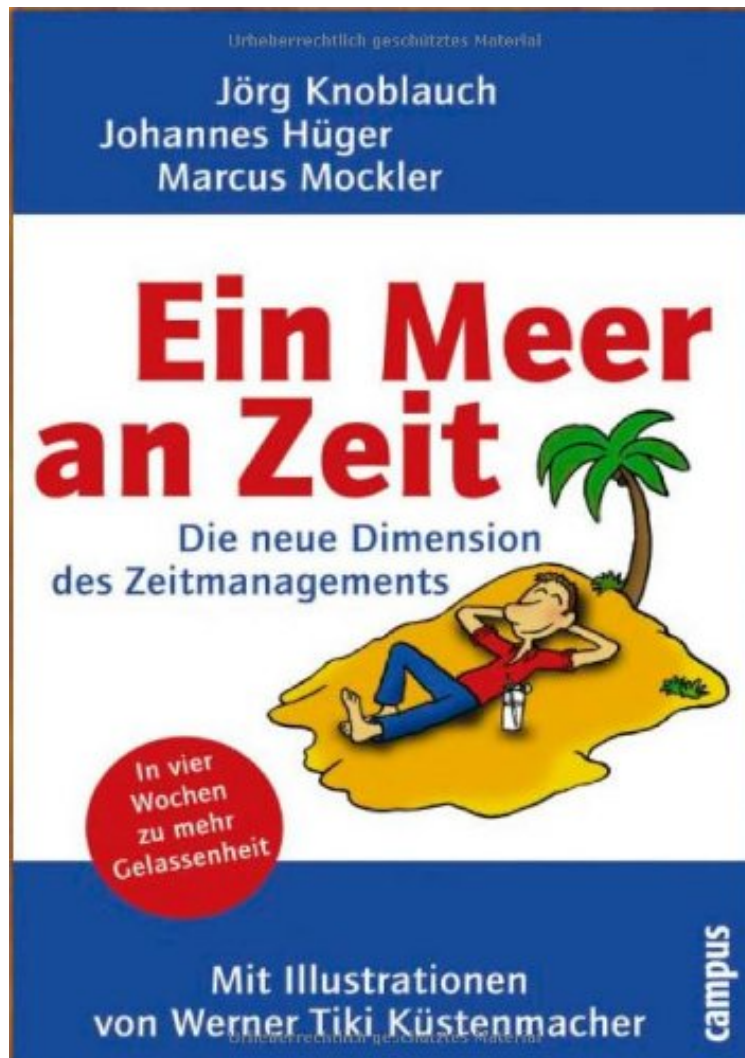


(Download free ebook) Ein Meer an Zeit

Ein Meer an Zeit

Von Jrg Knoblauch, Johannes Hger, Marcus Mockler
audiobook | *ebooks | Download PDF | ePub | DOC



 Download

 Read Online

Produktinformation -Verkaufsrank: #154745 in BcherVerffentlicht am: 2005-09-12Abmessungen: 8.82 x 1.38b x 5.83l, Einband: Gebundene Ausgabe284 Seiten | File size: 50.Mb

Von Jrg Knoblauch, Johannes Hger, Marcus Mockler : Ein Meer an Zeit before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Ein Meer an Zeit:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen24 von 26 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Meer zum Schwimmen!Von Ein KundeDieses Buch ist sehr gelungen, weil es unter die Oberflche geht. Statt den Leser nur in die Kunst des Zeitsparens einzufhren, macht es ihm erst einmal seinen Zeitreichtum bewusst. Wir schwimmen in einem Meer aus Zeit, arbeiten weniger, leben lnger. Dennoch jammern wir ber Zeitmangel, ber Hektik und Stress. Wie kommt das?Nun dreschen die Autoren nicht gleich mit Zeitmanagement-Rezepten auf uns ein, sie zeigen vielmehr die Ursachen des Zeitmangels: Die Hektik entsteht in unseren Kpfen. Weil wir jedem Reiz erliegen,

weil wir alles wollen, schaffen wir nichts. Wir ertrinken in unserem Meer an Zeit, statt darin zu schwimmen, denn wir hngen uns zu viel ans Bein. Ausgehend von dieser Basis weist das Buch pfiffige Wege fr eine kluge Einteilung der Prioritten, fr einen gesunden Ausgleich zwischen Leistung und Freizeit, fr ein bewussteres und glcklicheres Leben - dank richtiger Schwerpunkte, dank guten Zeitmanagements. Ein Buch, das mir geholfen hat, ein neues Zeitverstndnis zu entwickeln.¹³ Von 14 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Praktisch, freundlich, konkret Von ATTIch habe auch die Klassiker der Managementliteratur gelesen und mchte sie nicht missen. Whrend die mich nachdenklich gemacht haben, hat mich das "Meer an Zeit" gefreut. Es ist freundlich geschrieben, spannend und unterhaltend zugleich. Nach jedem einzelnen Kapitel bin ich in mein Arbeitszimmer oder an meinen Kalender gelaufen und habe sofort, konkret und nachhaltig nderungen eingefhrt. Es ist tiefgreifend und doch ein Buch fr Jedermann und berall. Das "Meer an Zeit" htte ich gerne als Urlaubslektre gehabt, denn es tut gut, wenn man parallel zur Lektre Zeit fr sich selbst hat. Mein Tipp: Erst das "Meer an Zeit", dann den Stephen Covey.²⁸ Von 31 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Neue Perspektive erffnet neue Mglichkeiten. Von Fuchs Werner DrZum Thema Zeitmanagement bietet 170 Bcher und Google Zweimillionensechshunderttausend Links an. Und was das Quartett Knoblauch/Hger/Mockler/Kstenmacher? Inhaltlich prinzipiell nichts Neues, da dies auch nicht mglich ist. Aber Bekanntes lsst sich auch neu verpacken und aus einer neuen Perspektive sehen. Und genau da setzt das Autorenteam an. Beginnen wir bei der Verpackung. Da bauen sie auf die Kraft einer Gestaltung, die den Lesegenuss und damit das Durchhaltevermgen klar erhht. Die bliche Druckerschwrze wird durch die Farbe Blau ergnzt, der Weissraum bringt Luft in die Seiten, eigenstndige Grafiken ersetzen unsngliche Clipartbildchen, klare Strukturierung erhht die bersicht und die Illustrationen von Werner Tiki Kstenmacher sind ein sicherer Wert. Allerdings ist der umtriebige Illustrator in letzter Zeit so omniprsent, dass mir seine Figuren langsam auf den Geist gehen. Bald werden wohl auch die Bundestagsprotokolle von Kstenmacher aufgelockert. Mehr beeindruckt hat mich der Perspektivenwechsel. Statt dauernd von Knappheit zu sprechen, wird in diesem Buch der Spiess umgedreht. Von der Ffle an Zeit auszugehen fhrt daher zu anderen Strategien, bungen und Denkmodellen. Wir haben mehr Zeit, als wir denken. Mit dieser These beginnt das Buch. Und sie ist der rote Faden, der uns bei allen bungen leitet. Dank diesem Trick schaffen es die Autoren, einem alten Thema neues Leben einzuhauchen. Wer also mit bisherigen Ratgebern gescheitert ist, erhlt mit diesem Buch eine weitere Gelegenheit, sein Zeitbudget in den Griff zu kriegen, auf neue, ansprechende und leicht verstndliche Art. Allerdings bleibt den Lesern selbst mit verndertem Blickwinkel nicht erspart, die vorgeschlagenen bungen tatschlich zu machen. Und zwar regelmssig. Denn Zeitstress hngt mit der Persnlichkeitsstruktur zusammen. Die lsst sich bekanntlich nicht im Schlaf ndern.

Produktbeschreibung ZUSTAND IST TADELLOS

.deKeine Zeit, nur Hektik, Druck und Stress! So empfinden viele Menschen ihr Leben, nicht zuletzt wegen des schnellen Wandels. Und doch, so erinnern Jrg Knoblauch und seine Kollegen, haben wir deutlich mehr Zeit, als wir denken und als frhere Generationen hatten. Die Lebenserwartung ist gestiegen, die Lebensarbeitszeit dramatisch gesunken, die Arbeitszeit pro Woche wre unseren Vorfahren wie das Paradies vorgekommen. Ein wichtiger Teil ihres Buchs ist dem Umdenken gewidmet, dem Sich-bewusstmachen dieses Zeitreichtums. In den anderen Teilen erklren Knoblauch et al, wie man sein Zeitmanagement optimiert und seine Zeithorizonte plant. Leider in zuweilen etwas salbungsvollen Ton, aber mit durchaus ntzlichen Tipps. Die Erfahrung zeigt, dass man sich fr das, was einem wirklich wichtig ist, Zeitinseln schaffen kann. Keine Zeit steht, so die Autoren, fr Das ist mir nicht wichtig genug, ich nutze meine Zeit lieber fr andere Dinge. Von diesem Ausgangspunkt aus lernt der Leser, wie er sich geschtzte Zeiten der Ruhe nehmen kann und beispielsweise einen persnlichen Ruhe- und Gewohnheitsplan erstellt. Eine andere bung ist, aufzulisten, wo der Druck und die Ansprache berhaupt herkommen. Hat man das analysiert, kann man beginnen, Belastungen gezielt abzubauen und auf die Entschleunigung hinzuarbeiten. Ziel: das rechte Ma zu finden, Grenzen zu setzen und zu respektieren, einen Wohlfhlkorridor zu schaffen. Ausfhrlich gehen die Autoren im eher konventionellen Mittelteil des Buchs auf das Thema Planung und Ziele ein: wer definiert, was er an einem Tag erledigen mchte -- oder in der Woche, dem Monat, dem Quartal, dem Jahr -- der steuert gezielter darauf zu. Doch effektiv zu arbeiten reicht allein nicht, um Zufriedenheit zu finden. Knoblauch et al. legen Wert darauf, dass Zeitmanagement mehr ist als Effektivitt -- auch die Lebensqualitt soll stimmen. In weiten Teilen ist Ein Meer an Zeit ein Work-Life-Balance-Buch, in dem es auch um Ziele, Trume, Flow-Gefhle, die persnliche Balance geht. Und zur 5. Generation von Zeitmanagement gehrt auch das, wofr die Autoren das Kunstwort Shared-Life-Balance bemhen: wie gestalte ich meine Zeit im Zusammenspiel mit anderen? Einen ganzen Teil ihres Buches widmen die Autoren diesem Thema. Denn es ist ja schn und gut, wenn man durch ausgefeilte Planungen Zeit gewinnt -- aber wenn man die dann hirntot vor dem Fernseher vertrdelt, bleibt das Wohlbefinden in weiter Ferne. Stattdessen gilt es diese Zeit zu veredeln, also zum Beispiel fr bessere Kommunikation zu nutzen, sich zu engagieren oder ein besserer Mensch zu werden. Klingt gut, oder nicht? -- Nina Hesse Pressestimmen 01.12.2005 / Buchjournal: Ein Meer an Zeit "Ein Wechsel aus Analyse und praktischen bungen zeigt, wie man sich vom Terminklaven zum erfolgreichen Manager seiner Zeit entwickeln kann." Kurzbeschreibung Die Autoren bieten einen vllig neuen Ansatz im Zeitmanagement: Wir haben mehr Zeit, als

wir glauben! In vier groen Schritten fhrensie zu einem ganz neuen, positiven Zeitverstdnis und damit zu mehr Lebensqualitt. M wie Meeresblick: Perspektivenwechsel und verndertes Zeitgehl E wie Effektivitt: Zeitmanagement-Techniken E wie Etappen: Horizonte der Lebensplanung R wie Reichtum: Zeitmanagement, das nicht lnger nur auf das eigene Ich, sondern auf die Gemeinschaft ausgerichtet istEin Programm, das zu einem ganz neuen positiven! Zeitverstdnis und mehr Lebensqualitt verhilft.