

Presstext - Buchneuerscheinung

Beatris Uhlig

„Tickst du richtig? – Für Pünktliche und Zuspätkommer“

Oktober 2014, Goldegg Verlag

Zeitgefühl ist relativ – effizientes Zeitmanagement in Familie und Beruf ist flexibel

Zuspätkommen und Überpünktlichkeit, diese zwei Extreme der Zeitwahrnehmung können in Alltag und Beruf Auslöser für Konflikte sein. Zeittypen zu erkennen sorgt für mehr Verständnis, und Effizienz und öffnet uns das Tor zu perfektem Zeitmanagement.

Der Umgang mit Zeit und Struktur hat für Menschen eine völlig unterschiedliche Bedeutung. Die Diplom-Psychologin **Beatris Uhlig**, befasst sich in ihrem neuen im **Goldegg Verlag** erschienenem Buch „**Tickst du richtig? – Für Pünktliche und Zuspätkommer**“ mit dem Phänomen verschiedenster Zeittypen.

„*Es gibt zwei ganz verschiedene wissenschaftlich erfasste Grundtypen. Das Interessante dabei ist, dass vielen Menschen diese grundlegende Verschiedenheit zwar instinktiv klar ist, sie im Alltag daraus allerdings eine Diskussion über normal und unnormale oder richtig und falsch machen*“, weiß die Organisations- und Personalentwicklerin. In weiten Bereichen des Berufs- und Privatlebens führt das oft zu großen Missverständnissen. Ärger und Auseinandersetzungen sind vorprogrammiert, wird unterschiedliches Zeitgefühl nicht zum Thema gemacht.

Manche Menschen marschieren sortiert, pünktlich und gut organisiert durch ihre Tage. Sie sind effizient und arbeiten streng strukturiert. Je nachdem, wie weit diese Selbstorganisation reicht, werden sie als vorbildlich bezeichnet oder als Pedanten belächelt. Andere Menschen scheinen völlig planlos durch die Zeit zu surfen, wissen nie genau, wie lange eine Stunde dauert, sind selten pünktlich, dauernd auf der Suche nach ihren Sachen, aber insgesamt meist sehr entspannt. Ihre Lässigkeit wird entweder bewundert oder genervt als völlige Unzuverlässigkeit kritisiert. Beide Typen sind von der Richtigkeit ihrer Lebenseinstellung überzeugt. Ohne grundlegendes Wissen über die Zeittypen scheinen diese beiden Extreme nicht kompatibel.

Zeitmanagement-Experten sprechen in Zusammenhang mit diesem wissenschaftlich erforschten Phänomen der beiden Zeit-Gattungen von monochroner oder polychroner Veranlagung. „*Wenn ich in meinen Seminaren die beiden großen Gruppen vorstelle, löst das in vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wahre Aha-Erlebnisse aus*“, erzählt die Autorin. „*Ganz plötzlich verstehen sie ihre Mitmenschen besser, sehen ihre eigenen Kinder, Partner oder Kollegen in neuem Licht und können besser auf sie zugehen.*“ Was für die einen selbstverständlich ist, ist für die anderen eine völlig fremde Welt. Möglicherweise ticken unsere Mitarbeiter, Vorgesetzten, Freunde und Familienmitglieder vollkommen anders als wir. Wenn wir uns das klar machen, begreifen wir auch, dass nicht Unvermögen, Gedankenlosigkeit oder absichtliche Provokation hinter auf den ersten Blick unverständlichem Verhalten steckt, sondern ein unterschiedliches Lebens- und Zeitgefühl. Keiner dieser Zugänge ist als richtig oder falsch zu bezeichnen, denn jeder Zeittyp hat seine Vor- und Nachteile. „*Das Wissen um die Stärken und Schwächen von monochronen und polychronen Menschen ist für ein dynamisches und vor allem reibungsloses Zeitmanagement-Konzept unablässig*“, weiß Beatris Uhlig. „*Das Ergebnis ist ein perfektes Zusammenspiel zwischen Kreativität und Organisation, entspanntem Dasein und fokussierter Ausrichtung. Jeder kann seine Stärken ins Spiel bringen und so Familie und Team ideal bereichern.*“



Die Autorin steht für Interviews, Medientermine und für Veranstaltungen zur Verfügung

Beatris Uhlig ist Diplom-Psychologin und Trainerin für Führungskräfte in Berlin. Sie arbeitet seit 15 Jahren als Organisations- und Personalentwicklerin, Beraterin und Coach. Seit zwölf Jahren trainiert sie Zeitmanagement, berät Unternehmen in Wachstums- und Veränderungsprozessen und ist Inhaberin von Uhlig*Partner – Agentur für Führungskraft. www.uhligpartner.de

Pressematerial

Tickst du richtig? Für Pünktliche und Zuspätkommer“

Beatris Uhlig

Goldegg Verlag, Oktober 2014

Taschenbuch, 192 Seiten

ISBN 978-3-902991-16-4 Preis A/D 12,⁹⁵

ISBN 978-3-902991-29-4, E-Book, Preis 9,⁹⁹

Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen

Goldegg Verlag GmbH

Johannes Kößler

Mommsengasse 4, 1040 Wien

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20

Mobil +43 699 1440 4445

johannes.koessler@goldegg-verlag.at

www.goldegg-verlag.com