

# (Selbst-)Management



*There is more to life than increasing its speed.*  
GANDHI

*Manchmal braucht es nur einen kleinen Wink, eine Anregung und schon zeigt sich eine ganz neue Perspektive. Das gilt für die berufliche Tätigkeit genauso wie für das eigene Leben. Eine kleine Änderung in der Einstellung, mit der wir unseren Tätigkeiten nachgehen, macht oft den großen Unterschied. Auch für unsere Umgebung kann sich das positiv auswirken. So kann persönliche Veränderung auch unsere Produktivität steigern, meist sogar wirkungsvoller als große Organisationsreformen. In dieser Ausgabe geht es um einige Quellen dieser Anregungen. Da jede Praxis auch ein Unternehmen ist, klingen hier auch Managementthemen an und wie immer der Kürze wegen nur als Schlaglicht.*

## Management

Ohne Peter Drucker wäre modernes Management kaum denkbar, so sehr hat er die Entwicklungen und Begriffe geprägt. Was für große Organisationen gilt, hat auch seinen Platz für den Einzelnen. Wesentliche Zitate zum Einstieg finden sich bei wikiquote:

[http://en.wikiquote.org/wiki/Peter\\_Drucker](http://en.wikiquote.org/wiki/Peter_Drucker)  
Seine offizielle Seite hält umfangreiches Material bereit. [www.druckerinstitute.com](http://www.druckerinstitute.com)

Ein weiterer herausragender Management-Visionär ist Tom Peters. Seine Schlüsse aus großen Organisationen und Märkten wendet er selbst auf das Individuum an, wie im lesenswerten Artikel über die „Ich-Marke“. [www.fastcompany.com/magazine/10/brandyou.html](http://www.fastcompany.com/magazine/10/brandyou.html)  
Seine Hauptseite bietet praktische Anregungen und Literatur zuhause: [www.tompeters.com](http://www.tompeters.com)

Ein Hinweis auf den berühmten „One Minute Manager“ Ken Blanchard ist hier noch angebracht. Seine kondensierten Einsichten und der von ihm formulierte situative Führungsstil haben einen festen Platz in der Managementliteratur. [www.kenblanchard.com](http://www.kenblanchard.com)  
Viele seiner Bücher sind in Google Books einsehbar: <http://books.google.com/books?q=Ken+Blanchard&btnG=Search+Books>



Auch „Focus“ nimmt sich der Gesundheit an und bietet einen Bericht mit Selbsttest und Präventionsvorschlägen an.  
[www.focus.de/jobs/berufsalltag/stressbewaeltigung](http://www.focus.de/jobs/berufsalltag/stressbewaeltigung)



Eine nützliche Sammlung von Checklisten zu vielen Themen und so auch zum Zeitmanagement bietet: <http://checkliste.de/selbstmanagement/zeitmanagement/>



Eine spannende Zusammenstellung von Tom Peters' Manuskripten ist kostenlos auf seiner Seite verfügbar: [www.tompeters.com/freestuff/index.php](http://www.tompeters.com/freestuff/index.php)



Eine der vielen Seiten zum Zeitmanagement trägt Prinzipien und Literatur zum Thema zusammen [www.allesgelingt.de/zeitmanagement/zeitmanagement.php](http://www.allesgelingt.de/zeitmanagement/zeitmanagement.php)

## Selbst-Management

Ein Klassiker im Bereich der Selbst-Organisation ist Stephen R. Covey, der durch sein Buch „Die sieben Wege zur Effektivität“ weltbekannt wurde. Seine Website enthält eine Fülle von Beschreibungen seines Ansatzes und viele Hil-

festellungen. [www.stephencovey.com](http://www.stephencovey.com)  
[www.franklincovey.de/about/src.html](http://www.franklincovey.de/about/src.html)

Peter McWilliams hat zahlreiche Bestseller verfasst, die sich mit der Bewältigung des Lebens, Motivation und Organisation beschäftigen. Bemerkenswerterweise sind alle Bücher im Ori-



Das Thema Burnout ist gerade auch für Ärzte relevant. Diese Zusammenstellung bietet einen guten Einstieg, inklusive einem Fragebogentest, umfangreiche Literatur sowie Hilfestellungen und Links. [www.hilfe-bei-burnout.de](http://www.hilfe-bei-burnout.de)



Immer wieder erfrischend und dabei sehr hilfreich sind die Tipps der Autoren von Simplify Your Life. Dort gibt es einen eigenen Bereich für Arbeitsorganisation: [www.simplify.de](http://www.simplify.de)



Ein lesenswerter Nachruf auf den außergewöhnlichen Peter Drucker mit Aufzählung seiner wesentlichen Impulse für jede Form von Management hält die Washington Post vor. [www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2005/11/11/AR2005111101938.html](http://www.washingtonpost.com/wp-dyn/content/article/2005/11/11/AR2005111101938.html)



Inspiration und ungewöhnliche Perspektiven zu verschiedensten Bereichen gibt es genügend im Web. Die herausragenden TED-Konferenzen verdienen hier besondere Erwähnung (Achtung, die Seite ist anscheinend unregelmäßig erreichbar). [www.ted.com](http://www.ted.com)

nal kostenlos im Volltext verfügbar (deutsche Übersetzungen im Buchhandel). [www.mcwilliams.com/books/books/](http://www.mcwilliams.com/books/books/) Besonders empfehlenswert: Life 101 [www.mcwilliams.com/books/life1/](http://www.mcwilliams.com/books/life1/)

Die deutsche Vorreiterin gehirngerechten Arbeitens, Lernens und Lebens ist Vera F. Birkenbihl, die auf ihrer Seite reichlich Hinweise zu ihren Werken gibt sowie Texte und Online-Seminare. [www.birkenbihl.de](http://www.birkenbihl.de)

Das weite Feld des Zeitmanagements sei hier nur am Rande erwähnt. Einen guten Einstieg bietet die Wikipedia <http://de.wikipedia.org/wiki/Zeitmanagement>

Ein lesenswerter Bericht zu den Grenzen des Zeitmanagements findet sich bei Bild der Wissenschaft: [www.bild-der-wissenschaft.de/bdw/bdwlive/heftarchiv/index2.php?object\\_id=31294374](http://www.bild-der-wissenschaft.de/bdw/bdwlive/heftarchiv/index2.php?object_id=31294374)

Bei der Auseinandersetzung mit dem eigenen Potenzial kann ein Blick in die eigenen Denkstrukturen nicht schaden. Verschiedene Modelle bieten sich an, um Profile zu erstellen wie zum Beispiel [www.hbdi.com](http://www.hbdi.com) oder [www.ipn.at](http://www.ipn.at)

## Work Life Balance

Dieser aktuelle Begriff für den Ausgleich zwischen (Privat-)Leben und Arbeit wurde bezeichnenderweise gerade in dieser Reihenfolge geprägt und nicht etwa umgekehrt. Dennoch bezeichnet er ein wesentliches Thema des Selbstmanagements. Dabei ist das Burnout-Syndrom leider von zunehmender Wichtigkeit. Großes berufliches Engagement birgt eben das Risiko des Zusammenbruchs. Zahlreiche Seiten widmen sich Erkennung und Umgang mit dieser speziellen Erschöpfung. <http://de.wikipedia.org/wiki/Burnout-Syndrom> [www.psychosoziale-gesundheit.net/psychia](http://www.psychosoziale-gesundheit.net/psychia)

[www.burnout-ev.de](http://www.burnout-ev.de) [www.akademie.de/arbeit-leben/ordnung-alltag-lebensart/tipps/besser-leben/work-life-balance.html](http://www.akademie.de/arbeit-leben/ordnung-alltag-lebensart/tipps/besser-leben/work-life-balance.html)

Wie wir mit uns selbst und anderen umgehen bestimmt ganz wesentlich unser (Er-)Leben. So einfach ist manchmal eine Verbesserung zu erreichen. Dazu möge ein Zitat aus Tom Peters Manuskripten dienen, der daran erinnert, wie wichtig es ist, sich auch und besonders schriftlich zu bedanken bei Kollegen, Partnern und Mitarbeitern (und zwar regelmäßig): The two most powerful things in existence: a kind word and a thoughtful gesture (Ken Langone, Gründer der Baumarktkette Home Depot).

Dr. Marc M. Batschkus, Arzt, Medizinische Informatik, Spezialist für eHealth, eLearning & Mac OS X, Steinstraße 40, 81667 München, E-Mail: [mail@batschkus.de](mailto:mail@batschkus.de)