



# ZEIT & HALTUNG

„Die Zeit ist unsere treueste Freundin,  
sie begleitet uns von Geburt bis zum Tod.“  
Karlheinz Geissler

haltung-erweitern.de – die Community für alle, die daran interessiert sind, sich selbst, Teams und Organisationen transformativ zu führen.



## WAS für mich Zeit ist

### SELBSTORIENTIERT- IMPULSIVE HALTUNG



#### ZEIT IST JETZT

Zeit ist, was jetzt geschieht. Sie ist ein Raum, den man sich nimmt. Zeit wird nicht reflektiert. Zeit ist unmittelbares, jedoch noch unreflektiertes Jetzt.

### GEMEINSCHAFTSBESTIMMT- KONFORMISTISCHE HALTUNG



#### ZEIT IST WIEDERKEHR

Soziale Konventionen und die Natur bestimmen die Zeit. Sie sind eingebettet in den Rhythmus von Traditionen und Ritualen. Alles hat seine Zeit.

### RATIONALISTISCH- FUNKTIONALE HALTUNG



#### TIME IS MONEY

Die Zeitvorstellung ist vom Takt der Uhr bestimmt. Zeit ist eine quantitative Messgröße, die linear verläuft. Pünktlichkeit, Prozesse, Effizienz sind die Prämissen der Stunde.

### EIGENBESTIMMT- SOUVERÄNE HALTUNG



#### ZEIT IST CHANCE

Zeit ist ein Selbstverwirklichungsangebot. Wir wollen das Beste aus der eignen Zeit rausholen. Sie ist auch die unbarmherzige Gegnerin einer ewigen Jugend.

### RELATIVIEREND- INDIVIDUALISTISCHE HALTUNG



#### ZEIT IST VIELFÄLTIG

Zeit ist ein Geflecht verschiedener Zeitbedürfnisse und Zeitqualitäten. Unterschiedliche Zeitvorstellungen führen zu unterschiedlichen Bewertungen und Verhalten.

### SYSTEMISCH- AUTONOME HALTUNG



#### TIME IS HONEY

Zeit ist ein Lebensmittel. Sie ist der Stoff, aus dem das Leben gemacht ist. Sie entsteht jeden Tag neu, so wie sie vergeht und wir sind mit-schwingend im Fluss der Zeit.

## WIE ich Zeit erlebe



„Ich will es und zwar jetzt sofort.“

Ob die Zeit gut oder schlecht ist, entscheidet meine akute Laune. Ich pendle zwischen Selbstvergessenheit und Langeweile, je nachdem, ob spontane Wünsche erfüllt werden oder nicht.



„Alt bewährt ist gut bewahrt“

Zeit wird als vorherbestimmt erlebt. Eingebettet in vertrauten gemeinsamen Routinen. Gemeinschaftliche Zeitabläufe geben mir Verlässlichkeit und Zugehörigkeit. Altes ist immer wertvoll.



„Mir läuft die Zeit davon.“

Ich erlebe Zeit als knappes Gut, das es bestmöglich zu bewirtschaften gilt. Die Zeit wird durch Planung verfügbar gemacht. Sie muss in den Griff bekommen, gespart und gemanaged werden.



„Weil ich es mir wert bin.“

Zeiterleben als Herausforderung, die ich maximieren und bewältigen kann. Sie ist mein Kapital für mein erfolgreiches, glückliches Leben. Alles, was nicht dazu beiträgt ist verlorene oder verschwendete Zeit.



„Ich bin in der Zeit.“

Ich erlebe Zeit polytemporal als vielfältige Rhythmen und Takte in mir und anderen. Zeitempfinden ist situativ und kontextabhängig. Alle Tage sind zwar gleich lang, aber unterschiedlich breit.



„Ich bin ein Tropfen im Ozean der Zeit.“

Ich bin mit der Zeit im Einklang und empfinde sie als Möglichkeitsraum. Kohärentes Zeiterleben. Unverweckte Zeit und Seinserfahrungen genieße ich in Resonanz mit dem Jetzt.

## WIE wir kulturell Zeit gestalten



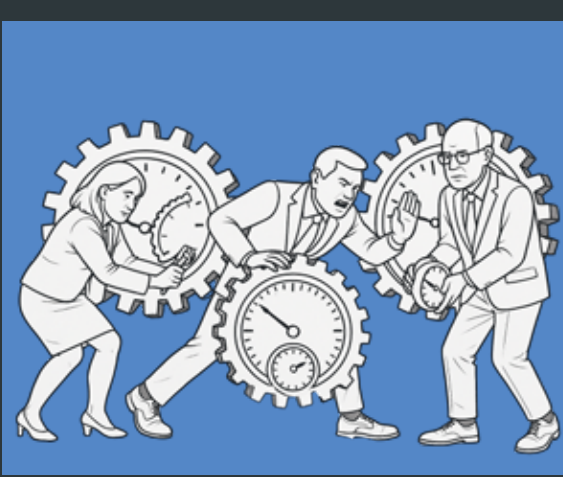
#### JETZT ODER NIE

Personen mit Macht geben die Zeit vor und erzeugen Dringlichkeit für die eigenen kurzfristigen Interessen. Keine gemeinsame Zeitvorstellungen oder explizite Zeitkonzepte, nur Handlungen in der Zeit



#### DER LAUF DER DINGE

Die soziale Zeitordnung wird durch Traditionen, Rollen und feste Abläufe strukturiert. Sie wird in Regeln und Praktiken eingebettet, die Orientierung und Zugehörigkeit bieten.



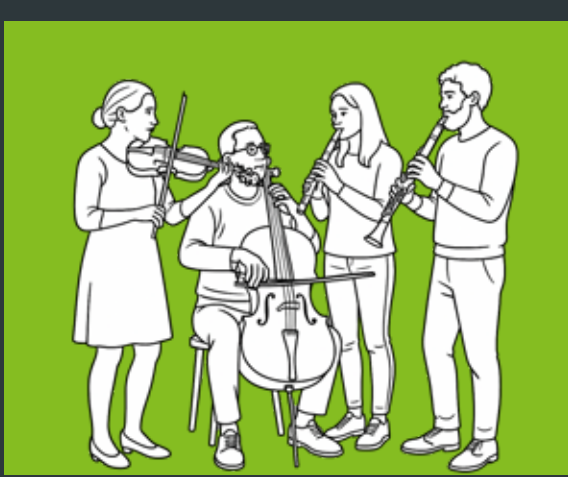
#### ZEIT IST NIE GENUG

Zeit wird zur Prozessverbesserung und Effizienzsteigerung normiert, getaktet und bewirtschaftet. Menschen werden mit ihrer Lebenszeit zu Produktionsmitteln. Zeit wird verzweckt und funktionalisiert.



#### ZEIT AUSNUTZEN

Ständig zu optimierende Zeitgestaltung, um im Wettbewerb gemeinsam gewinnen zu können. Der Drang andere zu motivieren im Streben nach Selbstverbesserung, Leistung und Effektivität.



#### ZEIT FÜR DIE ZEIT

Unterschiedliche kulturelle Zeitmuster werden bewusst synchronisiert. Verschiedene Zeitordnungen existieren nebeneinander. Vielfältige Arbeitsmodelle, Qualitätszeit, Elternzeit usw.



#### GELEBTE ZEITVIELFALT

Unverfügbare Zeitvielfalt. Wir erkennen und beachten die Eigenlogik von Systemzeiten (Heilungszeiten, Regenerationszeiten usw.). Zeit wird nicht kontrolliert, sondern in Resonanz gehalten.

## WIE ich Zeit gestalte



„In den Tag hinein leben.“

Zeitgestaltung bedeutet, den Moment mit meinen Handlungsimpulsen aus dem Affekt heraus zu besetzen, ohne darüber nachzudenken. Wunsch nach Unmittelbarkeit.



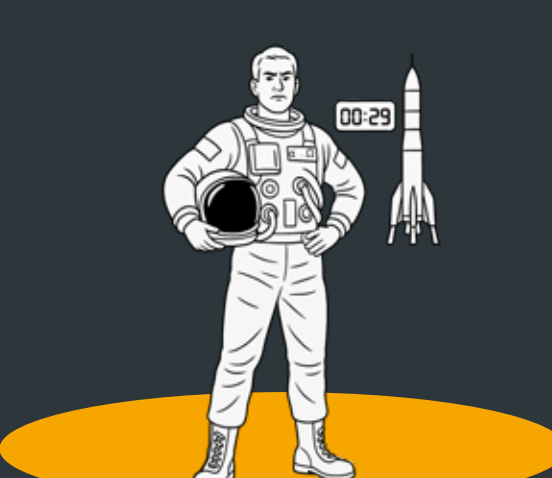
„So haben wir es immer schon gemacht.“

Man tut alles, um in dieser Zeitordnung zu verbleiben und konform zu sein. Nichteinhaltung birgt die Gefahr der Ausgrenzung. Individuelle Zeitgestaltung beschränkt sich auf das Mitmachen.



„Das Jetzt ist schon vergeben.“

Man macht sich zum Gegenstand der Quantifizierung und Vermessung. Man glaubt nie Zeit zu haben. Das Jetzt dient den Erledigungen für zukünftige Zielerreichungen.



„Lebe jeden Tag so, als wäre es dein letzter.“

Permanenter Anspruch, das Maximale aus der Zeit heraus zu holen. Latente Angst etwas zu verpassen. Zeit als Ressource strategisch managen, um das Leben nach eigenen Vorstellungen zu gestalten.



„Ich gebe den Dingen ihre Zeit.“

Ich gestalte Zeit als Raum in dem Begegnung, Beziehung und Vielfalt lebendig werden können. Die Zeitqualität steht an erster Stelle. Innere und äußere Zeit werden synchronisiert.



„Ich lebe engagiertes Geschehenlassen.“

Zeitgestaltung folgt nicht nur der eigenen Agenda, sondern auch den potenziell unverfügbaren und ungestaltbaren Zeiten meiner Mitwelt. Bewusstheit für Zukunftswirkung.

## Umgang mit Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft

### ZUKUNFTSANGST



#### REAKTION

Das existenzialistische Erleben des Moments dominiert. Es gibt keine geordnete Planung. Wer handelt, setzt Zeit durch. Vergangenheit verblasst schnell. Zukunft wird oft irrational bedrohlich empfunden.



#### BEWAHRUNG

Die Zeit speist sich aus der Tradition der Vergangenheit und es wird durch die Wiederholung in der Gegenwart dafür gesorgt, dass es auch in Zukunft so bleibt. Veränderung wird als Bedrohung erlebt.



#### KONTROLLE

Die Vergangenheit dient als Ressource zur Perfektionierung der Gegenwart. Der Augenblick wird stets für eine Zukunft „genutzt“, die noch nicht eingetreten ist.



#### FORTSCHRITT

Die Vergangenheit ist eine Erfahrungsressource und liefert Lektionen, um die Herausforderungen der Zukunft zu meistern. Die Zukunft ist ein Projekt von ständigem Weiterkommen.



#### REFLEXION

Vergangenheit und Zukunft sind offene Erzählungen, die wir in Beziehung setzen, hinterfragen, unterschiedlich deuten und neu erzählen können. Zukunft ist ein ko-kreativer Möglichkeitsraum.



#### RESONANZ

Im Jetzt Vergangenes würdigen, ohne darin verhaftet zu bleiben und Zukunft einladen, ohne sie kontrollieren zu wollen. Entstehende Zukunft wahrnehmen, im eigenen Rahmen gestalten und zugleich emergieren lassen.

### GEGENWARTSBEZUG

Jonas Geissler, jonasgeissler.de  
Christoph Jan Kramer  
Susanne M. Zaninelli, culture-contact.com  
Martin Permantier, SHORT CUTS

Mitglieder der Community  
haltung-erweitern.de

Gestaltung: SHORT CUTS