

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
32  
33  
34



## Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

herzliches Lachen, das war die erste Reaktion der meisten Menschen, denen ich von diesem Buch erzählte. »Zeitmanagement für Chaoten? Das ist ja ein Widerspruch in sich«, sagten viele – und auf den ersten Blick haben sie Recht. Denn das Zeitmanagement, wie wir es üblicherweise kennen, hat viel mit Disziplin, Routinen, Strukturen, Ordnung und Listen zu tun. Und das sind Dinge, um die ein flexibler und spontaner Mensch am liebsten einen großen Bogen macht.

Ich auch.

Es riecht nach stupidem Listen-Abarbeiten, nach Lebensfreude-kaputt-machen, nach einengendem Korsett. Und es steht so komplett im Widerspruch zu den Werten, die den eher chaotisch veranlagten Menschen wichtig sind: Freiheit, Flexibilität, Neues ausprobieren, für andere Menschen da sein, sich kümmern, spontan sein.

Dennoch knechten sich viele flexible Menschen mit herkömmlichen Tools. Sie zwingen sich, detaillierte To-do-Listen und akkurate Terminplaner zu führen oder auf Biegen und Brechen ihren Schreibtisch leer zu bekommen. Das kostet sie viel Energie, und meist stellen sie nach drei Wochen fest: Der alte Schlendrian ist zurück. Dann sind sie nicht nur von ihren Aufgaben und Terminen gestresst, sondern erleben zusätzlich das schale Gefühl, einfach »zu doof« zu sein, um sich zu organisieren.

Schluss damit. Dieses Buch zeigt Ihnen Wege auf, wie Sie Ihre Stärken ausleben und sich damit mehr Zeit für die wirklich wichtigen

Dinge und Menschen im Leben freischaufeln. Ja, Sie haben richtig  
gelesen: Ihre Stärken. In der Regel hadern die Chaoten nämlich stän-  
dig mit sich und sehen ihre Eigenheiten als Schwächen, die es auszu-  
merzen gilt. Sie sehen bei anderen Menschen, wie die sich »problem-  
los« organisieren und wollen es ihnen gleichtun. Lösen Sie sich von  
der Vorstellung, wie »man« zu sein habe. Entdecken Sie lieber, welche  
Möglichkeiten in Ihnen schlummern.

Dieses Buch ist von einer ausgewiesenen Chaotin geschrieben, die  
voller Grauen detaillierte Zeitprotokolle, mehrschichtige To-do-Lis-  
ten und stringente Planung als Mittel zu »mehr Zeit« kennen gelernt  
– und verweigert hat. Und ich habe mich gefragt: Wie können wir die  
Ansätze des klassischen Zeitmanagements, die ja im Kern ein gutes  
Mittel sind, um Stress zu reduzieren, so ändern, dass auch chaotische  
Menschen damit erfolgreich ihren Alltag gestalten können.

In den vergangenen Jahren entwickelte ich deshalb den Ansatz  
»Zeitmanagement für kreative Querdenker«, der mittlerweile das Le-  
ben von Tausenden Lesern, Vortragsgästen, Coaching-Klienten und  
Seminarteilnehmern verändert hat.

Tauchen Sie ein in die vielfältige Welt der kreativen Methoden. Pro-  
fitieren Sie von den Erfahrungen der Männer und Frauen, denen Sie in  
diesem Buch begegnen. Holen Sie sich Anregungen, um Ihren beruf-  
lichen und privaten Alltag entspannter zu meistern – und um das Mit-  
einander von Chaoten und Systematikern zu entkrampfen.

Auch bereits sehr organisierte Menschen profitieren von diesem  
Buch. Immerhin treffen sie im Alltag ständig auf Chaoten: Menschen,  
die zu Meetings zu spät kommen, die schier endlos nach wichtigen  
Unterlagen kramen oder die in Sitzungen unrealistische Ideen spin-  
nen, anstatt Nägel mit Köpfen zu machen. Holen Sie sich wertvolles  
Know-how, wie Sie im Team Ihre Stärken und die Stärken der Chaoten  
so einsetzen, dass Sie Ihre gemeinsamen Ziele mit Leichtigkeit er-  
reichen.

In diesem Buch spreche ich von *kreativen Chaoten* und von *lo-  
gischen Ordnern*. Beiden Typen bringe ich eine große Wertschätzung  
entgegen. Besonders der Begriff »Chaot« ist in vielen Köpfen negativ

1 besetzt. Lassen Sie uns das ändern. Ein Anfang ist gemacht: Immer  
2 mehr Menschen sagen voller Stolz: »Ja, ich bin ein Chaot.« Das heißt  
3 nicht, dass sie ständig unpünktlich oder unordentlich sind, sondern  
4 dass sie sich bewusst sind, wie sie an die Dinge herangehen und nicht  
5 mehr dagegen ankämpfen. Sie nutzen ihre Eigenheiten als Kraftquelle,  
6 um ihren Alltag entspannter zu gestalten. Mein Wunsch ist es, dass  
7 mehr Menschen die Kraftquelle von »Chaos« entdecken und ihre  
8 Stärken selbstbewusst leben.

9 Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen, beim Ideenfinden und viel  
10 Erfolg bei der Umsetzung. Und hoffe, dass Sie schon bald sagen: »Ich  
11 bin chaotisch! Logisch!!

12

13 Alles Gute wünscht Ihnen Ihre  
14 *Cordula Nussbaum*  
15 [www.Kreative-Chaoten.com](http://www.Kreative-Chaoten.com)

16

17 Unter [www.Kreative-Chaoten.com](http://www.Kreative-Chaoten.com) finden Sie ein Erfolgsjournal als Begleiter  
18 zu diesem Buch mit vielen Übungen und Platz für Ihre Notizen.

19 Ihr Passwort dafür lautet: **ruhe**.

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34