



Nachfolgender Text stammt von der Transkription eines per Web Meeting am 18. November 2021 durchgeführten Interviews von 12 Minuten.

I-Interviewer: Nicolas Oswald

B-Befragter: Michael Pauli, Ende 40, Eigentümer/Geschäftsführer einer Werbeagentur und Musiker. Zum Zeitpunkt des Interviews smofft die Person mithilfe der Zease SMan Timeline seit einem halben Jahr.

Aus Gründen der Lesbarkeit und Verständlichkeit wurde die 1:1-Transkription des gesprochenen Wortes bearbeitet. Teile des Interviews wurden gekürzt.

Die unten stehende Version wurde vom Interviewten geprüft und freigegeben, sodass der unten stehende Text korrekt und unverfälscht seine/ihre Meinungen und Erfahrungen wiedergibt.

I: Was bedeutet Smoffen für Dich? Was heißt das für Dich genau?

B: Als mir Jürgen vom Smoffen erzählt hat, habe ich gedacht: Okay, ich probiere es. Und dann habe ich schon gemerkt so nach einer Woche: Oh wow, da passieren ganz viele Sachen. Ich habe gemerkt, dass meine Produktivität zunimmt, indem ich wichtige Tasks am Mittag auf dem Schlitten habe oder zum Teil erledigt. Ich bin fokussierter und habe auch angefangen, ein bisschen zu recherchieren. Das sind weitere neuronale Effekte, die man misst und bei welchen die Wissenschaft erst jetzt langsam merkt, was so ein Smartphone mit einem anstellt, mit Aufmerksamkeitsspannen, mit Dopamin-Ausstoß und, und, und. Je mehr ich darüber lese, desto mehr macht Smoffen für mich Sinn.

Ich habe auch angefangen, unwichtige Dinge knallhart abzulehnen, wo einmal „Ja“- sagen nachher zur Folge haben wird, dass ich einen Tag lang an etwas „herumprüble“, und am Schluss habe ich keinen Output und mein Gegenüber auch kein sinnvolles Resultat, weil es einfach nicht gut aufgegleist ist. Also ich bin auch ein bisschen „tougher“ geworden im Managen von Projekten, und das doch nach einer recht kurzen Zeit. Ich smoffe nun seit August, und es hat schon einen starken Effekt. Ich möchte es nicht mehr missen.

I: Wie hast Du durch das Smoffen Deine Planung, ja, Dein Selbstmanagement professionalisiert? Wie hat sich das ausgewirkt? Wie hast Du es empfunden, dass Dir dabei ein Mentor über die Schultern schaut?

B: Ich habe vorher Trello genutzt und habe mich dort eigentlich schon recht gut organisiert, muss ich ja zwangsläufig bei so vielen Kunden (42 aktive). Wie schon anfangs erwähnt, hatte ich meine Arbeit auch vorher bereits auf dem Schlitten. Der Unterschied ist, dass ich ruhiger und abgeklärter in der Planung dank



dieses Tools bin (Smoffen mit Zease SMan Gedankenordnungssystem). Gerade in der Anfangszeit hat mir meine Mentorin stark geholfen.

I: Du hast gesagt, im Gegensatz zum Trello fühlst Du Dich ruhiger, fühlst Du Dich abgeklärter. Woran liegt das? Wo ist der Unterschied?

B: Ich glaube hauptsächlich, dass man sich einmal löst von – ja, wie soll ich sagen? – halt von diesem ganzen digitalen Rest von der Welt. Also, ja, dass man einmal wirklich bewusst hinsitzt und nicht schon die Mails aufploppen und das Telefon aufleuchtet und, und, und.

I: Wie ist es denn beim Trello? Geht man da nicht bewusst einfach einmal wirklich nur ans Planen?

B: Doch, schon. Aber das ist halt ein Computer. Ja, das ist, glaube ich, schon der große Unterschied. Beim Smoffen plant man mit der Handschrift auf Papier.

I: Du hast Dein Smoffbook eigentlich immer zur Hand. Du kannst eigentlich immer etwas aufschreiben, wenn Du das willst. Wie fühlt sich das an?

B: Das fühlt sich super an. Das nutze ich auch. Also diese Scribble-Seite (Wochennotizblatt) brauche ich viel unter der Woche, weil, dann bin ich an etwas dran, und dann ruft jemand an. Und dann kennt man es ja, dann ist man nachher eine Viertelstunde mit dem beschäftigt. Und dort, dadurch, dass es einfach handschriftlich ist, ist es wie gespeichert. Also ich muss gar nicht mehr Notizen machen. In dem Moment, wo ich es aufschreibe, weiß ich nachher noch: Ah ja, das kommt.

B: Okay. Also weißt du, vielleicht, wenn ich noch schnell sagen darf: Das Smoffbook ist ein Game-Changer. Und dieses Booklet kostet jetzt, ich weiß es gar nicht, 70 Franken oder so. Und für so etwas kann man ja locker auch 200 Franken ausgeben. Ich meine, wenn man überlegt, auf das Jahr gesehen, was das bedeutet. Darum sage ich, es darf ruhig mehr kosten, von der Usability her wäre jetzt das etwas für mich. Wenn jetzt ein Angebot kommt, es gibt die Student Edition gebunden und robust und im gleichen Format und sie kostet 250 Franken, dann bestelle ich sie trotzdem. Ja, es ist ein Tool, womit man jeden Tag arbeitet. Und bei einem Handy überlegst du ja auch nicht zu lange, was es jetzt kostet, weil du brauchst es zum Arbeiten und so. Also das einfach so. Das Pricing dürfte auch höher sein, finde ich, für solche Sachen.

I: Um wie viel hat sich Deine Produktivität gesteigert, so aus dem Bauch heraus? Was würdest Du meinen?

Aber ich weiß einfach, dass ich ruhiger bin. Darum habe ich das Gefühl, so im Moment ist es sicher eine 20-prozentige Steigerung, aber es liegt mehr drin.



I: Liegt noch mehr drin?

B: Ja, es liegt mehr drin im Sinn von: Dadurch, dass ich ruhiger plane, kann ich auch höher und genauer offerieren. Ich habe das Gefühl, es liegen so 30, 35 Prozent drin.

I: Interessant. Okay. In dem Fall würdest Du auch sagen, es ist nicht unbedingt die Produktivität, welche für Dich am wertvollsten ist beim Smoffen, sondern die Gelassenheit?

B: Der Überblick, die Gelassenheit und das Kalkulieren von Sachen.