



Nachfolgender Text stammt von der Transkription eines per Web-Meeting am 04.02.2022 durchgeführten Interviews von ~15 Minuten.

I-Interviewer: Nicolas Oswald

B-Befragter: Susanna Caravatti-Felchlin, 60 Jahre, Leiterin Planungs- und baubegleitendes Facility Management Universitätsspital Zürich. Zum Zeitpunkt des Interviews smofft die Person mithilfe der Zease SMan Timeline seit einem zweieinhalb Jahren.

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: Susanna, Du begleitest Bauprojekte im Facility Management und smoffst seit zweieinhalb Jahren. Das heißt, Du startest jeden Morgen und jede Woche mit einer persönlichen Review und Preview. Wie hat sich das bei Dir ausgewirkt? Was sind die Veränderungen, die Dich am stärksten geprägt haben?

B: Mein Eindruck ist, dass ich weniger studiere, was ich vielleicht vergessen habe. Ich habe den Eindruck, das notiert zu haben, was ich machen will, und darum habe ich kein ungutes Gefühl mehr, in dem Sinne, dass ich denke: Ah, dieses und jenes sollte ich noch machen. Und was mich begeistert ist – und das ist eine Veränderung – dass ich stolz auf mich bin, was ich in so einer Woche oder an einem Tag überhaupt alles erledigen kann.

I: Fürs Smoffen benutzt Du das Zease SMan-Formblattsystem, welches auf Review und Preview von Wochen, Tagen und Quartalen ausgelegt ist. Wie hilft das Dir, Erfolge zu verwirklichen? Was macht das Formblattsystem so einzigartig für Dich?

B: Was mir gefällt, ist die Aufteilung auf vier Fokusbereiche, die ich über Jahre hinweg, also langfristig, verfolgen kann. Ich kann mir auch wöchentlich notieren, was meine Höhepunkte oder vielleicht auch großen Herausforderungen waren. Ich habe eine Systematik in der Pendenzenerledigung, wie ich das angehe. Es ist strukturiert, die ganze Systematik ist auch sehr auf Business ausgelegt und nicht hauptsächlich auf privat.



I: Ich weiß nicht, hast Du einen Workshop gemacht mit Jürgen am Anfang?

B: Nein, das habe ich nicht. Jürgen hat mir das unbedingt andrehen wollen und ist einmal irgendwann zum Lunch gekommen und hat das ausgepackt und mir das Ganze einfach in die Hände gedrückt und gesagt: „Schau dir das doch mal an, das ist so und so, und, ja, das gefällt dir sicher.“ Und dann habe ich das genommen und angewendet und es hat funktioniert. Ich habe eigentlich nicht viel Einführungszeit gebraucht, es ist ziemlich selbstsprechend für mich.

I: Okay, also hast Du mit dem Buch gelernt?

B: Nein, gerade von Anfang an direkt, ohne Theorie. Er hat erst später das Buch geschrieben und dann habe ich es angeschaut und gelesen. Ich habe mir auch mal die Webpage angeschaut, aber eigentlich braucht man keine große Einführungszeit, wenn man ein systematischer Typ ist. Entweder passt die Systematik dir oder nicht.

I: Okay, interessant. Also wie hast Du Dir das denn selber beigebracht?

B: Also einfach angewendet. Das ist nicht schwierig. (lacht)

I: Einfach gemacht?

B: Mir scheint es so logisch. Es hängt davon ab, was für ein Typ du bist. Ich habe vorher nur digital gearbeitet. Das war das Einzige, was ich Jürgen gesagt habe. „*Warum müsse ich jetzt so ein Smoffbook mitnehmen? Was soll ich denn mit dem die ganze Zeit? Kann man das nicht digital machen?*“ Und heute muss ich sagen: Es ist wirklich ein Vorteil, denn das Hinschreiben der Pendenzen zwingt dich, dass du es immer wieder schreibst, das ärgert dich und dann machst du es. Also es hat einen Überwindungseffekt, eben, und entsprechend habe ich das Smoffbook jetzt auch immer bei mir und finde es noch cool, stört mich nicht.

I: Wie findest Du es? Du hast gesagt, Du bist früher nur digital unterwegs gewesen. Jetzt hast Du ein A5-Smoffbook mit Stift immer dabei. Wie fühlt sich die Veränderung für Dich an?

B: Also als Frau hat man ja immer eine Handtasche bei sich –ich habe zwar einen Rucksack –, da passt das gut rein. Ich habe auch immer meinen iPad dabei, das passt eigentlich gut zusammen. Das iPad habe ich dabei, weil es praktisch ist, um auf alle verschiedenen E-Mail-Accounts zu gelangen. Somit ist das so ein Duo, das Buch und mein iPad ist ein Kombipack, das miteinander funktioniert. Einen Bleistift hat man auch immer dabei. Das ist eigentlich keine Sache, es ist schnell im Gebrauch und tagsüber liegt es auf dem Pult.



I: Wie reagiert dein Umfeld, familiär oder geschäftlich, auf deine Veränderung, wenn sie überhaupt darauf reagiert haben?

B: Also ich habe nicht das Gefühl, dass sie realisieren, warum oder wieso, aber sie haben geäußert, ich sei ruhiger geworden, vielleicht ein wenig ausgeglichener, ja, vielleicht ein wenig organisierter. Ich weiß es nicht genau. Ich erhalte nur positive Reaktionen und ich habe auch selber das Gefühl, das sei so.

I: Hast Du denn schon vorher andere Systeme gehabt?

B: Ja, ich habe mit Outlook gearbeitet, aber digital ist die Pendenzenverwaltung und auch die Möglichkeit, sich Sachen zu überlegen und zu reflektieren, nicht so ganz einfach. Ein Vorteil ist dabei auch, dass ich nicht gerne den ganzen Tag in den Bildschirm schaue, das ist anstrengend für die Augen. Und am Abend oder auch sonst kannst du problemlos das Smoffbook nehmen und etwas überlegen und musst nicht jedes Mal den PC einschalten. Das Analoge dazwischen ist eigentlich noch recht angenehm. Ja, ich finde es eigentlich noch einen guten Ausgleich.

I: Wie schwer ist es zu smoffen? Gibt es vielleicht sogar Leute, die deiner Meinung nach nicht smoffen können?

B: Nein, das glaube ich nicht. Die Frage ist vielleicht, wie viele verschiedene Aktivitäten man hat. Also muss das nicht jeder machen, weil nicht jeder gleich viele parallele Aktivitäten hat. Also wenn du jeden Tag als Maler arbeiten gehst und deine Aufträge erhältst, gibt es keinen Grund zu smoffen. Aber wenn du, wie ich jetzt zum Beispiel, noch in Verbänden arbeitest, an verschiedene Anlässe gehst, Zielsetzungen hast, die du erreichen willst, oder mit der Familie noch zwei, drei Projekte hast, dann ist das schon hilfreich. Und dann macht das einfach viel mehr Sinn, oder? Und Jürgen hat auch noch ein wenig erzählt, dass es auch Sinn machen kann, das in einem Team zu machen, wo du dich aufeinander abstimmt. Ich denke, das ist dann wirklich eine sehr hohe Anforderung und Zusammenarbeit. Es kann verschiedene Auslöser haben. Ich denke, du musst einen Missstand haben. Du musst ein wenig das Gefühl haben, du könntest etwas verbessern. Wenn du das nicht hast, musst du es ja nicht üben oder du musst es nicht brauchen.

I: Wo hat Dir das Smoffen am meisten geholfen? Bist Du produktiver geworden? Du hast gesagt, Du bist ruhiger geworden, Du bist organisierter geworden. Aber an was würdest Du das messen? Wie viel Prozent bist Du produktiver geworden in dem Sinn?

B: Das ist schwierig zu sagen. Also was sicher ist, ist, dass ich aktiver an meinen Pendenzen bin. Es stört mich, wenn ich die jeden Tag vom einen auf den anderen verschieben muss und merke, dass ich sie immer



noch nicht gemacht habe. Und dann plane ich sie eben richtig ein, was ja die Idee wäre. Der Druck steigt immer ein wenig und das ist gut. Und das ist dann auch das, was Befriedigung schafft, weil dann siehst du, das hast du erledigt, und das habe ich gemacht und da bin ich weitergekommen. So bauchgefühlmäßig hätte ich jetzt gesagt, 20 Prozent produktiver – und das ist eigentlich viel. Ohne dass ich gestresst wirke oder das Gefühl habe, sondern dass ich dank der verbesserten Planung effizienter bin. Und das ist ja eigentlich ein geniales Dankeschön, also im Sinne von: „Tu dir was selber zuliebe“.

I: Was bedeutet smoffen für Dich?

B: (...) Den Tag und die Woche wirklich mit der Planung anzugehen. Dass du wirklich am Morgen sagst: „und das mache ich jetzt zuerst, bevor ich starte“, und nicht zuerst in zehn E-Mails hineinschauen und dann bist du schon wieder unvorbereitet mitten im Tag und am Schluss weißt du gar nicht, was du machen wolltest. Auch die Wochenplanung ist das, was für mich am meisten Bedeutung hat, wenn ich ans Smoffen denke. Wenn du es aufschreiben musst und einteilst und überlegst, was hast du sonst noch für Aktivitäten, machst du es einfach präziser und du hakst am Abend oder am anderen Morgen auch ab und hast dabei das „Ah, das habe ich und das habe ich geschafft“. Und das macht einfach sehr zufrieden, du bist stolz auf dich. Das ist ein Supergefühl.