

ZEIT  
GESTALTEN  
ZEITGESTALTEN  
ZEITGESTALTEN  
ZEITGESTALTEN

## EINSTIEG

zeitgestalten ist ein selbstversuch, sich der eigenen zeit zu ermächtigen. wir experimentieren über ein- oder mehrwöchige zeitabschnitte damit, unsere zeit wahrzunehmen und uns darin zu üben, zeit als gut einzusetzen, damit sie uns auf dem weg zu einer utopischen zeitverwertung unterstützt.

wir finden es wichtig, diese revolution oder neugestaltung als aktiven prozess zu verstehen und möchten deshalb unsere sicht und inputs zur aneignung der eigenen zeit am manifest vom raape kollektiv anlehnen und an ein paar stellen ergänzen.

dieses werkzeug soll dir dienen. verwende es, wie es für dich sinn macht und gehe mit diesen oder eigenen elementen so um, wie es dir passt. die einseitigen zeigen beispiele von nicht-expertinnen, die dich inspirieren könnten.

deine zeit gehört dir. nimm dir raum für das, was du brauchst und willst. tabus und konventionen sollen die verwendung deiner zeit nicht beeinflussen, denn weder produkt- noch leistungseffizienz sind ziele dieses projektes.

fühl dich frei, diese publikation zu kopieren, zu verändern und zu teilen, sie steht dir zur freien verfügung.

ZEITGESTALTEN

womit möchte ich meine zeit verbringen? womit nicht?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ZEITGESTALTEN

WOMIT DIE ZEIT VERBRINGEN? EINE UNVOLLSTÄNDIGE LISTE

#### LOHNARBEIT

(wie) kann ich einer arbeit nachkommen, die möglichst wenig ausbeuterische konsequenzen hat? welchen gesellschaftlichen wert hat mein job?

#### CARE

zeit für aktive zuwendung zu sich selbst und/oder zu anderen beziehungen, zeit für körperliches und/ oder psychisches wohlbefinden, haushaltsarbeiten bzw. arbeiten, die die gemeinschaft oder das wohlergehen fundieren

#### PRODUKTION

herstellung von lebensmitteln, haushaltshilfsmitteln, körperpflegeprodukten und vielem anderen, sowie reparatur und umbau von vorhandenem

#### INTERVENTION

antikapitalistische widerstandsgruppen, aktionen unterstützen, protestieren, (ver-)handeln im öffentlichen raum, boykottieren, gestalten, organisieren, da sein

#### BILDUNG

diskutieren, lesen, an workshops teilnehmen, ausbildungen, künste erleben, veranstaltungen organisieren oder besuchen

#### UNVERPLANTE ZEIT

unvorhersehbarkeiten, spontanes und aktives nichts-tun

ZEITGESTALTEN

WAS SAGT MEINE ZEIT ÜBER MEINE PRIVILEGIEN AUS?

ZEIT  
GESTALTEN

MIR WAR ALS KIND NIE LANGWEILIG.

ICH VERMISSE LANGWEILE, SEIT ICH ERWACHSEN BIN.

ZEITGESTALTEN



zwischen meinem persönlichen anspruch, womit ich  
gern zeit verbringen möchte und der realität klafft  
eine lücke.

nehme ich mir zu viel vor?

ich bin manchmal überfordert wofür ich mich  
engagieren soll.

die leistungsgesellschaft hat mich am arsch.

gibt es antikapitalistische visionen für meinen alltag?

es fällt mir schwer mich aus dynamiken der  
selbstoptimierung zu befreien, aber ich möchte  
es wenigstens versuchen.

wie gehe ich mit bedürfnissen und pflichten im kontext von  
wertvorstellungen und unplanbaren einflüssen oder ungewollten  
realitäten um?

wie kann ich mich diesen einflüssen annehmen und sie für mich einsetzen?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

ZEITGE  
STALTEN

ZEIT  
GESTALTEN

eigentlich sollte hier eine ausföhliche reflexion unseres prozesses abgebildet werden, aber irgendwie rannte uns die zeit davon. am 3. april haben wir uns zum ersten mal getroffen, um über selbstbestimmung im kontext von lebenszeit zu sprechen. wir begannen rasch, einen projektplan aufzustellen und schweiften direkt ab.

wir schweiften ab in diskussionen über sich häufende ambivalenzen unserer lebensrealitäten. das konnten wir mit der zeit immer besser zulassen. wir lernten es zu schätzen, dass wir uns statt uns an einen plan zu halten für tiefgründige und vertrauensvolle gespräche entschieden. wir respektierten abweichungen vom vorhaben, wir tollerierten unsere schwankenden mentalen und körperlichen verfassungen.

wir schafften uns eine oase.

wenn unsere köpfe rauchten, legten wir uns schweigend ins gras und beobachteten hektische passant\*innen auf dem campus der künste.

ZEIT  
GESTALTEN

wie kann ich effizienz verlernen?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

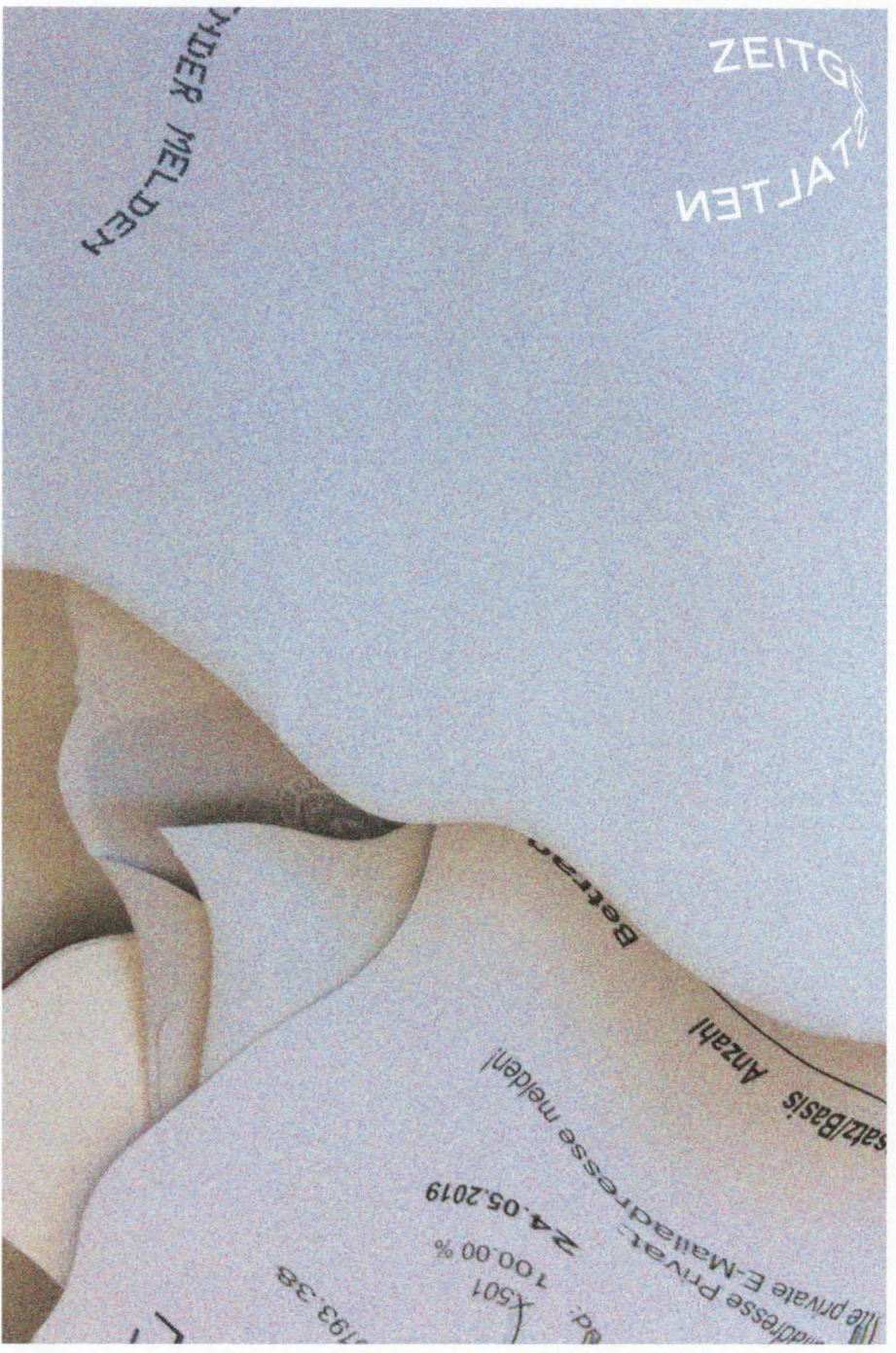
---

---

---

ZEIT  
GESTALTEN









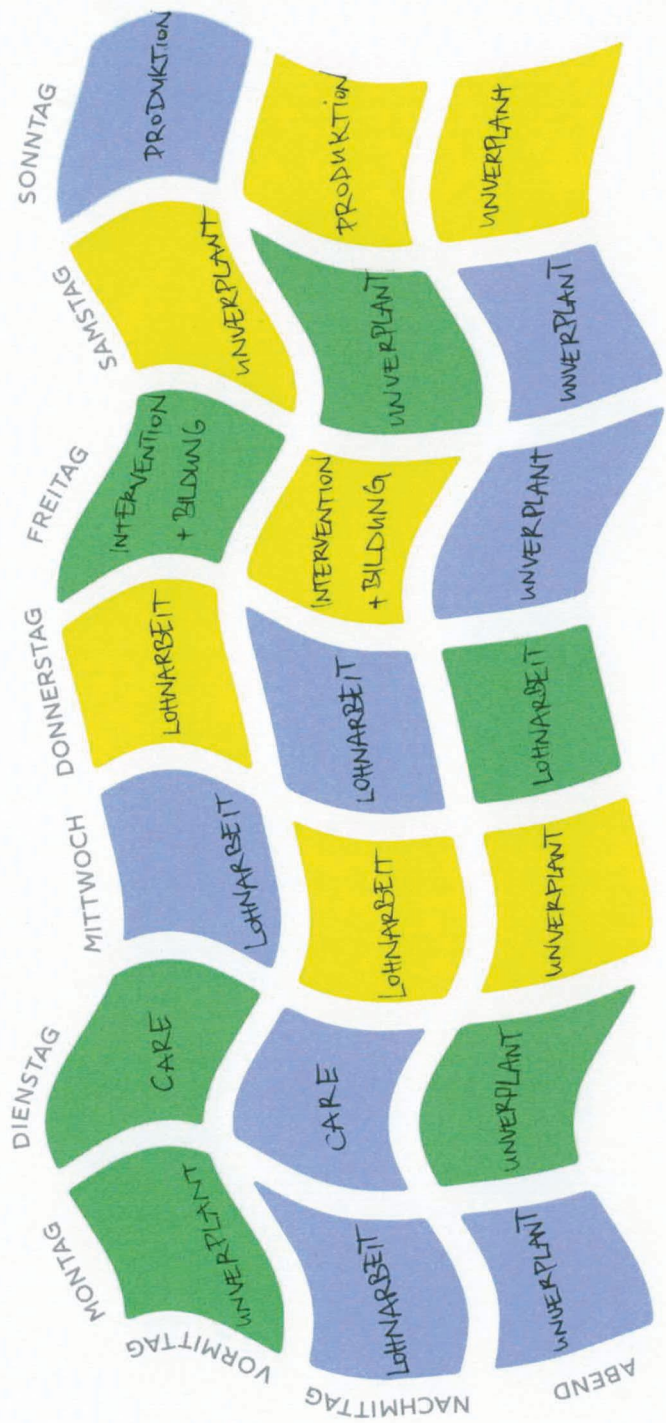
# ANTILEITUNG

1. zeitvertreibe in spalte 1 der tabelle auflisten / definieren
2. zeitvertreibe im wochenplan einfügen / gewichten
3. absolute anzahl in spalte 2 der tabelle übertragen
4. schlüsselwert in spalte 3 ermitteln und eintragen
5. ziffern der schlüsselwerte absteigend aufzählen
6. mit mitmenschen austauschen: über prozess und ergebnis, utopie mit der realität vergleichen, machbare schritte in richtung utopie gehen

zum berechnen des schlüssels  
durch zwei teilen

ZEITGESTALT	ANZAHL IM WOCHENPLAN	SCHLÜSSELWERT
LOHNARBEIT	6	3
CARE	2	1
PRODUKTION	2	1
INTERVENTION + BILDUNG	2	1
UNVERPLANTE ZEIT	(9-7) 2	1

sieben einheiten der unverplanten zeit werden bei der berechnung des schlüsselwerts nicht beachtet. somit stellen 2 einheiten einen ganzen tag im key dar.

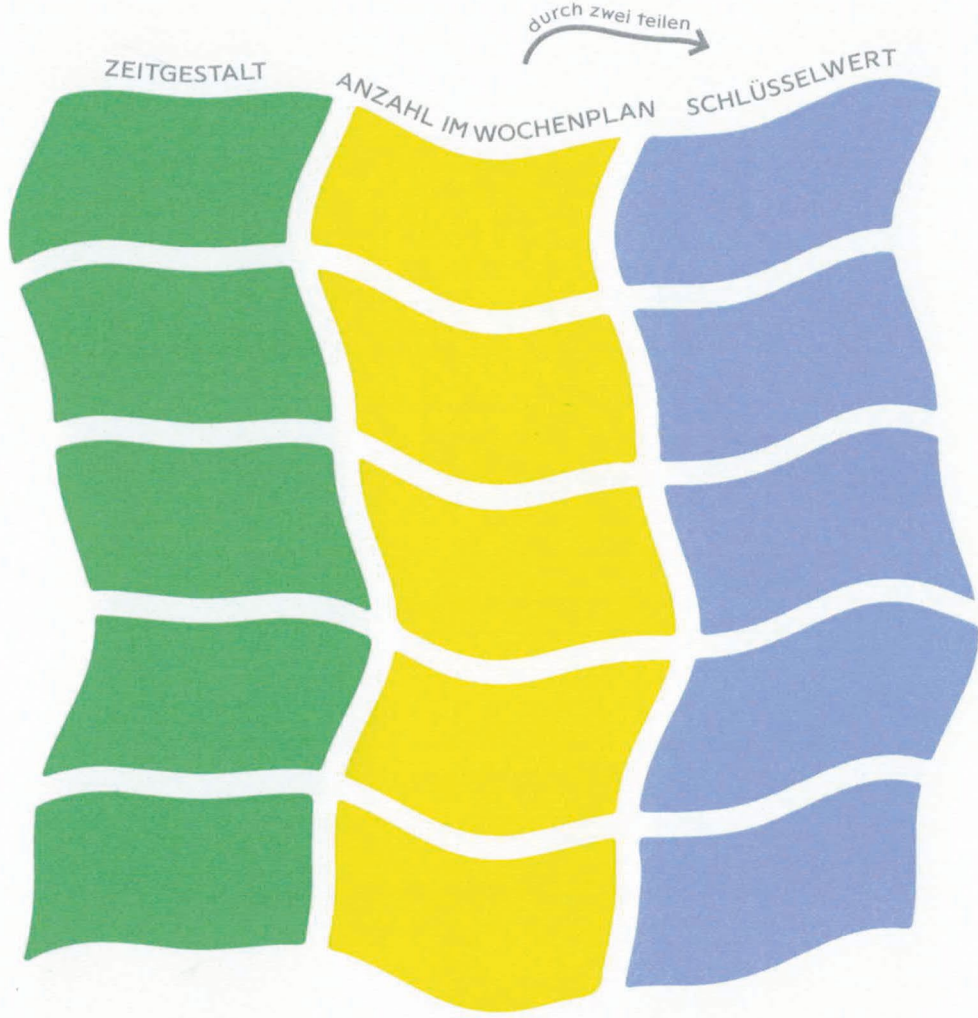


## ZEITGESTALTEN

drei zeit-einheiten pro wochentag machen insgesamt 21 einheiten pro woche, die individuell eingesetzt werden können.

in diesem beispiel sind sieben unverplant-einheiten bewusst vorausgesetzt, um selbstoptimierungs-dynamiken entgegenwirkend zu veranschaulichen.

die nachtzeit wird nicht aufgeführt, weil angenommen wird, dass ein tägliches zeitfenster zum regulären schlafen da ist.




---



---



---

# ZEITGESTALTEN

