



AUFSCHIEBERITIS ODER „ES KOMMT IMMER NOCH MEHR DAZU – DER BERG WIRD IMMER HÖHER“

(D/CH – Bodensee) Warum schieben wir Entscheidungen oft auf, lassen Dinge schleifen, hoffen, dass es sich von selbst erledigt?

Wir kennen das: Ein klärendes Gespräch mit dem Partner, eine Absage zu einem Familienfest oder einen Arztbesuch schieben wir hinaus – bis es nicht mehr geht oder die Situation sogar eskaliert. Steuererklärung, Kündigung des Mobilfunkvertrages, Bewerbung – wir schieben es vor uns her – bis die Mahnung kommt, der Vertrag wieder ein Jahr länger läuft oder die Stelle schon vergeben ist. So erging es auch unserem Seminarteilnehmer Andreas S.: Er führt einen mittleren Handwerksbetrieb in dritter Generation. Die Firma ist meist gut mit Aufträgen versorgt. Trotzdem gab es immer wieder Probleme – mit der Hausbank, wegen hoher Außenstände. Vor lauter Arbeit war irgendwie keine Zeit zum Rechnen-Schreiben. Gehandelt wurde nur, wenn der Druck hoch genug war. Doch dann waren oft viele Aufträge nicht mehr richtig nachvollziehbar; der Rapport nicht richtig geführt – keiner weiß es mehr genau.

Aufschieben hat immer Folgen

Außer dem finanziellen Schaden kommt als noch viel wesentlichere Komponente dazu, dass wir im-

mer mehr das Vertrauen in uns selbst verlieren – das Selbstwertgefühl geht baden – wir leiden unter uns selbst und fühlen uns wie in einer Endlosschleife.

Wie kommen wir da wieder raus?

- Der erste Schritt ist die Entscheidung, etwas am eigenen Verhalten zu ändern!
- Dann gilt es herauszufinden, was die wahren Gründe für unsere „Aufschieberitis“ sind.
- Ist es die Befürchtung zu scheitern? Eine falsche Entscheidung zu treffen? Nicht zu wissen, wie es geht? Die Angst, sich zu blamieren? Abgelehnt zu werden?
- Oder etwa nur Bequemlichkeit?

Die wesentliche Frage dabei ist, welche meiner Einstellungen begünstigen das Aufschieben – und welche arbeiten diesem Verhalten entgegen?

Sie selbst können herausfinden, was los ist.

Es bedarf einer Portion Selbst-Ehrlichkeit und Mut, sich auf sich selbst einzulassen!

Unserem Kunden Andreas S. wurde in seiner Semi-

nar-Arbeit unter anderem klar, dass dieses Verhalten schon sein Vater und auch schon sein Großvater an den Tag legten, wobei die Arbeit und das Ansehen immer schon einen sehr hohen Stellenwert hatten – die Familie und der finanzielle Ausgleich wurden dagegen stark hintenangestellt. Schon diese Erkenntnis war ausschlaggebend, sein zukünftiges Verhalten anhaltend zu ändern.

Darum schieben auch Sie es nicht länger auf, beginnen Sie jetzt!

Und erforschen Sie nun die Hintergründe für Ihre eigenen Verhaltensweisen.

EINE ANLEITUNG DAZU BEKOMMEN SIE GERNE WENN SIE EINE EMAIL AN „AKZENT-09@KONZEPT.ORG“ SENDEN.

**Weitere Infos: Birgitt Sinnwell & Adolf Stoll
Seminare fürs Leben GmbH
Seedorfstrasse 20, CH-8597 Münsterlingen
Tel. +41 (0) 71 66 00 836 und
+49 (07731) 20 34 51
www.Seminare-fuers-Leben.com
kontakt@Seminare-fuers-Leben.com**