

Zum Erfolg gibt
es keinen Lift.
Man muss die
Treppe benutzen!



J.W. gabriele wimmeler
Dipl. Mentaltrainerin

www.gabriele-wimmeler.at

Was unterscheidet erfolgreiche Menschen von erfolglosen? Diese Frage wird mir immer wieder gestellt und in Wahrheit ist das Erfolgsrezept viel einfacher als gedacht. Erfolgreiche Menschen beschäftigen sich in erster Linie mit den Konsequenzen ihres Handelns. Sie fokussieren sich auf das, was ihnen ihre Bemühungen einbringen werden. Erfolglose Menschen hingegen konzentrieren sich darauf, bequem durch den Tag zu kommen. Sie überlegen nicht, was und wieviel ihnen diese Bequemlichkeit kostet.

Viele von uns begehen den Fehler, ihre Zeit und Energie nebensächlichen Angelegenheiten zu widmen, anstatt sich auf ein paar wenige, dafür aber lebenswichtige Aufgaben zu konzentrieren. „Wer viel tut, leistet auch viel?“ Das ist häufig ein Irrglaube. Der italienische Wissenschaftler Pareto hat herausgefunden, dass es zum Teil nur 20 Prozent (!) der strategisch richtig eingesetzten Aktivitäten sind, die stolze 80 Prozent des Erfolges bewirken.

Was bedeutet das nun für Sie? Bevor Sie Ihre Energie wahllos in irgendwelche Erledigungen stecken, überlegen Sie sich lieber, welche Schlüsselaktivitäten Sie durchführen könnten. Welche 20 Prozent an Aktivitäten könnten 80 Prozent Ihres Erfolges ermöglichen? Und wenn Sie diese 20 Prozent kennen, dann versprechen Sie sich selbst, den Fokus nicht zu verlieren und dranzubleiben. Die 80/20 Regel bestimmt schließlich auch das Verhältnis zwischen Erfolg und Aufwand. Dazu einige Beispiele: 80 Prozent Ihrer Erfolge resultieren aus 20 Prozent Ihrer Bemühungen. 80 Prozent des Gewinnes kommt von 20 Prozent der Kunden. 80 Prozent des Profites wird von 20 Prozent der Produkte erzielt.

Wenn man seine wichtigen Erfolgsauslöser bestimmt hat bzw. diese kennt, geht es um die Ausführung. Zugegeben – das ist nicht immer leicht. Aber eben absolut notwendig. Konzentrieren Sie sich auf das Wesentliche und bleiben Sie am Ball. So können Sie buchstäblich alles erreichen, was Sie sich erträumen. Vor allem geht es auf dem Weg zum Erfolg darum, Wankelmut, Zweifel und Trägheit erst gar aufkommen zu lassen. Disziplin an den Tag zu legen ist gar nicht so schwer wie gedacht. Wenn Sie merken, dass Sie demotiviert sind und einem mentalen Tiefpunkt entgegenschlittern, dann tun Sie einfach so, als ob Sie in Sachen Disziplin unschlagbar wären. Bringen Sie sich in einen begeisterten Zustand und sagen Sie sich immer wieder, dass Sie begeistert und diszipliniert sind. Genau so verhalten Sie sich dann auch – mit Körper, Herz und Hirn. Das trainieren Sie so lange, bis Ihr Unterbewusstsein dieses Muster als natürliches Verhalten angenommen und abgespeichert hat.

Um Erfolg zu haben ist es wichtig, dass wir unsere Emotionen – vor allem die negativen – im Griff haben. Hier heißt es: Vorsicht vor der Bequemlichkeitsfalle! Erfolgreiche Menschen richten ihre Zeit und Konzentration auf jene Dinge, die ihr Leben nachhaltig beeinflussen. Sie nehmen sich ein oder zwei wichtige Dinge vor und bleiben dran, bis diese abgeschlossen sind. Das bringt Erfolg und es fühlt sich jedes Mal aufs Neue gut an, den inneren Schweinehund besiegt zu haben.

Arbeiten Sie an Ihrer Disziplin und Ihr Leben wird sich verändern. Sie werden immer selbstbewusster und zufriedener. Vor allem aber wird Ihnen bewusstwerden,

dass Sie selbst über sich bestimmen können und nichts und niemand Sie von Ihrem Ziel und Ihrem Erfolg abhalten kann.

Haben Sie sich für einen Weg entschieden, dann gehen Sie ihn bis zum Ende. Verschreiben Sie sich mit Haut und Haaren dem, was Sie sich vorgenommen haben. Erfolg will Mut sehen! Gut möglich, dass Sie zwischendurch stolpern oder hinfallen. Wenn es ungemütlich wird, hilft ein Mittel: Augen zu und durch. Ein bisschen Risiko darf schon sein und auch Rückschläge sind erlaubt. Entscheidend ist, wie Sie damit umgehen. Werden Sie an Ihnen zerbrechen oder werden Sie sie in eine konstruktive Lernerfahrung verwandeln?

Vergessen Sie nie: Jeder Fehler ist nur eine kleine Umleitung auf dem Weg zu Erfüllung und Erfolg! Viel Spass und Freude beim Umsetzen!

Herzlichst, Ihre
Gabriele Wimpler

