



FÜR MEHR ERFOLG

Mit 7 Spitzen-Strategien zur Bestleistung

Überall werden Bestleistungen gefordert. Sei es im Job, im Alltag oder im Privaten – es muss immer schneller, besser und weiter gehen. Aber gerade wenn es darauf ankommt, versagen wir häufig. Mit diesen 7 Spitzen-Strategien können Sie Ihre persönlichen Bestleistungen steigern!

Matthias Herzog, Autor des Buches „*Spitze sein, wenn's drauf ankommt!*“ (Haufe Verlag, 19,80 Euro) sagt, dass wir uns meist selbst im Weg stehen, wenn wir uns verbessern möchten und neue Ziele erreichen wollen.

Das Grundproblem: Wir sind lieber Pessimisten statt Optimisten. Die Menschen versinken lieber im Mittelmaß und ärgern sich über Probleme, anstatt sich über gute Voraussetzungen zu freuen und zu planen, wie man diese nutzen könnte.

Matthias Herzog: „Um Erfolg zu haben, ist es wichtig, dass Sie sich von alten Gewohnheiten verabschieden, die Ihnen Lebensenergie rauben und diese durch neue nützliche Gewohnheiten ersetzen.“

Und so geht's! Klicken Sie sich durch die 7-Spitzen-Strategien zur Bestleistung:

1. Achten Sie auf Ihre Wahrnehmung

Ihre Wahrnehmung ist meist negativ. Sie konzentrieren sich und sehen häufig das, was Sie nicht sind. Freuen Sie sich in Zukunft stattdessen darüber, was Sie sind, tun, haben und können. Mit einer positiven Lebenseinstellung erzielen Sie weitaus bessere Ergebnisse. Sie sind erfolgreicher, leben gesünder, länger und haben erfülltere Beziehungen.

2. Wandeln Sie Angst in Mut um

Angst ist die größte Blockade und der Hauptgrund, warum Sie den Weg zu neuen Zielen nicht bestreiten. Sie haben Angst zu versagen, Angst vor Ablehnung und manchmal sogar Angst vor Erfolg. Nehmen Sie allen Mut zusammen und machen Sie das, wovor Sie Angst haben und Sie verlieren diese.

3. Konzentrieren Sie sich und geben Sie Ihr Bestes

Sie nehmen Herausforderungen häufig entweder zu leicht oder verkrampfen vor Angst. Wenn Sie Ihr Bestes geben, erreichen Sie Verbesserungen und erzielen persönliche Bestleistungen. Das Motto lautet: Tun Sie es einfach, denn zu viel denken stört. Fehler sind dabei erlaubt. Entscheidend ist, dass Sie aus diesen lernen und es beim nächsten Mal besser machen.

4. Hören Sie auf zu quatschen und übernehmen Sie Verantwortung

Alle sind schuld, außer Ihnen? Sie sind zu 100 Prozent dafür verantwortlich, was Sie heute sind, tun und wer Sie sind. Hören Sie auf, nach Ausreden zu suchen, anderen die Schuld für Ihre Probleme zu geben und andere zu kritisieren. Damit übergeben Sie anderen die Macht über Ihr Leben. Entscheiden Sie und sagen Sie sich: „Ich bin verantwortlich!“ Damit werden Sie zum Gestalter Ihres Lebens.

5. Leben Sie Begeisterung und haben Sie Spaß

Finden Sie Ihre Vorlieben, indem Sie sich klar machen, wo Ihre Stärken liegen. Wenn Sie mehrheitlich die Dinge tun, die Sie gut können und die Ihnen Spaß machen, erzielen Sie exzellente Ergebnisse. Mit Spaß lernen Sie z.B. bis zu 11-fach leichter. Schauen Sie bei sich selbst und bei Ihrem Gegenüber bevorzugt auf die Stärken. Damit entfachen Sie das Feuer der Begeisterung in sich.

6. Behalten Sie die Ziele im Auge

Sie haben in vielen Bereichen keine richtigen Ziele mehr. Machen Sie sich bewusst, was Sie wirklich wollen. Setzen Sie konkrete und wichtige Ziele. Bedenken Sie: Es gibt keine Zeitprobleme, nur Prioritätenprobleme! Wenn Sie ein Ziel haben, das Ihnen sehr wichtig und zudem sehr konkret formuliert ist, dann ist es leichter, dieses Ziel auch wirklich zu erreichen.

7. Zeigen Sie Ausdauer und Disziplin

Sie geben bei Rückschlägen viel zu schnell auf. Niederlagen und Rückschläge gehören zum Leben dazu. Häufig haben sie sogar ihr Gutes und Sie gehen gestärkt aus ihnen hervor. Stehen Sie wieder auf, wenn Sie eine Niederlage erlebt haben. Entschlossenheit ist wichtig, um das Ziel zu erreichen. Und durch Niederlagen lernen Sie auch Erfolge besser genießen zu können.

BILD-Buchtipp



„Spitze sein, wenn's drauf ankommt!“ von Matthias Herzog (Haufe Verlag, 19,80 Euro)



<http://www.bild.de/BILD/ratgeber/geld-karriere/2010/09/09/sieben-spitzen-strategien/mehr-erfolg-bestleistungen.html>

9. September 2010