



Schritt für Schritt zum Erfolg

Tipps und Regeln mit denen Sie Ihre Erfolgschancen verbessern können

1. Der erste Schritt zum Erfolg, ist der Glaube an sich selbst. Wer an sich selbst glaubt strahlt dies durch Willensstärke, Ausdauer und Mut aus. Die nötige Kraft um Ihr persönliches Ziel zu erreichen sollten Sie deshalb nicht mit Selbstzweifel belasten, sondern stattdessen an Ihre Talente und Fähigkeiten glauben. Der Mensch ist sehr mannigfaltig, das heißt er setzt sich aus einzelnen Fähigkeiten zusammen, die sich unterschiedlich stark äußern. Lassen Sie sich nicht von Zeugnissen oder Tests einschüchtern. Vielleicht verfügen Sie statt exzellenter mathematischer Fähigkeiten über eine hervorragende soziale Kompetenz. Aus diesem Grund sollten Sie sich auch frei davon machen, was andere Menschen über Ihre Fähigkeiten sagen. Allein das was Sie für richtig halten ist wichtig.
2. Konkretisieren Sie Ihre Ziele. Allgemeine Floskeln erscheinen so unerreichbar und erschweren die Umsetzung Ihrer Ziele. Um dem zu entgehen, hilft es die Situation objektiv zu betrachten, indem Sie sich Ihren Stärken und Schwächen klar werden und sich überlegen ob z. B. Stärken weiter ausgebaut, oder Schwächen verbessert werden sollen. Dabei können Sie auch ruhig Ihre Fantasie spielen lassen und scheinbar verrückte Ideen mit einbeziehen. Achten Sie aber auch darauf sich nicht zu viel vorzunehmen, sondern setzen Sie sich auf dem Weg zu Ihrem Ziel Teilziele. Schreiben Sie sich diese Teilziele auf und gliedern Sie diese zeitlich. Eine Belohnung nach Erreichen des Ziels gibt Ihnen auch in Zukunft die nötige Ausdauer und Willensstärke, um weitere Teilziele zu erreichen. Und immer daran denken jeder kleine Schritt bringt Sie ja schließlich Ihrem großen Ziel näher. Eine weitere Motivation ist es noch sich vorzustellen welche positiven Gefühle das erreichte Ziel hervorbringt.
3. Wichtig ist es natürlich auch ihre definierten Teilziele wirklich erreichen zu wollen, auch wenn ein stolpriger Weg vor Ihnen liegt. Denn erst dann hat man die nötige Motivation um auch kleinere Hürden zu meistern und Erfolgserlebnisse können nur dann schneller erreicht werden. Also fangen Sie an Ihr Leben wie Sie es wollen zu verändern und warten Sie nicht auf vermeidlich bessere Bedingungen, um damit zu beginnen. So schieben Sie Ihre formulierten Ziele nur auf. Die idealen Bedingungen gibt es nicht!
4. Mit konkret formulierten Zielen, dem Willen dazu und dem Glauben an sich selbst, geht es weiter zum Schritt 4, in der die Zeitplanung eine wichtige Rolle spielt. Die Zeit spielt heutzutage eine immer wichtigere Rolle. Neben beruflichen will man auch den privaten und persönlichen Ansprüchen genügen. Nach Erfolg streben, sei es in beruflicher oder privater Hinsicht, heißt nicht zwangsmäßig auf etwas verzichten zu müssen. Das schafft man allerdings nur mit einer optimalen Zeitplanung. Ganz nach dem Motto: „Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen“, geht es darum sich Termine zu notieren und die vorher formulierten Teilziele in diese Zeitplanung mit ein zu beziehen. Versuchen Sie diese möglichst einzuhalten und nicht zu verschieben.
Nehmen Sie sich nur soviel vor, wie Sie meinen an diesem Tag, dieser Woche, diesem Monat erreichen zu können und gönnen Sie sich kleine Pausen zwischendurch. Bevor Sie diese Termine festlegen, überlegen Sie wann Sie was am Besten erledigen können (ist Ihre Konzentration morgens beispielsweise besser, oder können Sie sogar den einen oder anderen Weg miteinander verbinden, um sich dadurch unnötige Fahrzeit zu ersparen?) und wie viel Zeit Ihr Vorhaben in Anspruch nehmen wird. Setzen Sie sich mit dem gewünschten Ziel nicht zu sehr unter Zeitdruck, sonst sehen Sie nachher sprichwörtlich „vor lauter Bäumen den Wald nicht mehr“.



5. „Erfolg, aber mit Köpfchen!“, lautet hier die Divise. Um erfolgreich zu werden, ist es auch wichtig seinen Kopf zu mehr Merkfähigkeit und zu einer schnelleren Auffassungsgabe zu trainieren und sich ein breit gefächertes Allgemeinwissen an zu legen. Vielleicht hat Sie schon immer mal ein bestimmtes Thema interessiert, hatten aber bisher nicht die Zeit sich damit auseinander zu setzen. Mit Hilfe Ihrer neuen Zeitplanung haben Sie jetzt die Chance dazu. Sie sollten sich ruhig neuen Herausforderungen stellen. Rätsel, Bücher, Denkspiele, Weiterbildungsmaßnahmen, alles ist erlaubt. Setzen Sie Ihrer Fantasie keine Grenzen, denn diese fördert auch Ihre kreativen Leistungen.
6. Vergessen Sie bei all diesen Ratschlägen nicht, den Signalen Ihres Körpers Beachtung zu schenken. Erst wenn der Körper gesund ist, fühlt man sich in der eigenen Haut wohl und kann volle Einsatzbereitschaft zeigen. Muten Sie ihrem Körper also nicht zu viel zu. Legen Sie z. B. kleine Ruhepausen ein, bei denen sich Ihr Körper entspannen kann. Achten Sie auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr am Besten zucker- und alkoholfreie Getränke. Zu viel Koffein wirkt sich negativ auf ihr Wohlbefinden aus, wohingegen Obst und Gemüse helfen sich besser zu konzentrieren und dazu noch gesund sind. Nicht zu verachten ist die Wirkung von ausreichend Schlaf. Es nützt Ihnen nichts, sich die Nacht mit Papierkram um die Ohren zu schlagen, weil Sie glauben, dass Sie dadurch Zeit nachholen. Das ist ein Irrtum. Noch eher nimmt Ihre Leistungsfähigkeit kontinuierlich ab.
7. Haben Sie Geduld und brechen Sie Ihre Erfolgsstrategie nicht übers Knie. Jeder kann erfolgreich werden. Ein erfolgreicher Weg zeichnet sich vor allem durch viel Ausdauer, Beharrlichkeit und Durchsetzungsvermögen aus. Diese drei Eigenschaften sind besonders wichtig, um aus langfristiger Sicht erfolgreich zu bleiben. Haben Sie ein Ziel auf ihrer persönlichen Erfolgsskala erreicht, bleiben Sie am Ball und seien Sie auch weiterhin bestrebt Ihre gewonnenen Fähigkeiten weiter auszubessern. Das sollte aber nur soweit geschehen, wie Sie es für angemessen halten. Es wird nicht von Ihnen verlangt ein Profi auf jedem Gebiet zu sein. Solche Grenzen zeichnen Sie gerade für den Menschen aus, der Sie eben sind. Bei kleineren Rückschlägen sollten Sie auch weiterhin gelassen bleiben. Aus Fehlern kann man schließlich nur lernen und somit auch an Erfahrung gewinnen.
8. Wie unter Punkt 4 bereits angedeutet, hilft die Zeitplanung das Leben zu erleichtern und Termine sinnvoll zu ordnen, sodass sie minimale Mühe und Aufwand kosten. Fangen Sie beispielsweise mit den unangenehmsten und schwierigsten Aufgaben an, wenn Sie noch die nötige Power dazu haben. Das gibt zugleich eine positive Stimmung, um mit weniger schwierigen Arbeiten weiter zu machen. Will Ihnen die zu erledigende Arbeit einfach nicht gelingen, so legen Sie doch eine kurze Pause ein, oder machen mit einer anderen Arbeit weiter, von der Sie glauben, dass diese besser von der Hand geht. Dann können Sie zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal auf die ursprüngliche Arbeit zurückgreifen. Vielleicht können Sie ja auch eine etwas trockene Arbeit interessanter gestalten oder Ihre Gedanken durch Aufschreiben besser ordnen.
9. Erfolg setzt sich nicht allein aus fachlicher, sondern auch aus sozialer Kompetenz zusammen. Kommunikationsfähigkeit, Teamfähigkeit, sowie Einfühlungsvermögen spielen dabei eine wichtige Rolle. Jeder der erfolgreich werden will, wird früher oder später mit Menschen in Kontakt treten müssen. Wenn Sie die Vorlieben Ihrer Mitmenschen und deren Arbeitsweisen kennen, können Sie sich dadurch Ihre gemeinsame Arbeit erleichtern, anstatt sich mit ständigen Diskussionen und Reibungen Ihre Motivation zu berauben und somit auch Ihren Weg zum Erfolg zu erschweren. Ein Tipp an dieser Stelle: Merken Sie sich den Namen Ihres Gegenüber. Dadurch zeigen Sie Aufmerksamkeit und Interesse. Auch gute Umgangsformen und ein Lächeln auf dem Gesicht können Wunder wirken. Auch am Telefon!



10. Schauen Sie nach vorn und nicht zurück. Es bringt nichts sich mit längst Vergangenen auch noch das Leben das vor Ihnen liegt schwer zu machen. Solche negativen Energien können Sie bis zu 95% Ihrer Kraft und Ausdauer kosten. Also, an Ihrer Vergangenheit können Sie nichts ändern, aber Ihre Zukunft haben Sie im Griff. Drehen Sie den Spieß einfach um, denn: „Aus Fehlern lernt man und gewinnt an Erfahrung“. Kein Meister ist bisher vom Himmel gefallen!
11. Schaffen Sie dem Ärger Abhilfe! Wer verärgert ist, oder ein Problem mit sich rumschleppt, strahlt dies nicht nur aus, sondern kann sich auch nicht mehr voll und ganz auf seine Arbeit konzentrieren. Aus diesem Grund sollten Probleme und Ärger schnell Abhilfe geschafft werden. Bitten Sie beispielsweise Freunde und Bekannte, Ihnen zu helfen. Diese werden Ihnen sicher gern zur Seite stehen. Probleme oder Ängste und die damit verbundenen Gefühle auf einen Zettel zu notieren, befreit und hilft Klärung in die Sache zu bringen, weil man den Konflikt noch einmal bewusst durchläuft. Probieren Sie es selbst aus! Wichtig ist es schnell eine zufrieden stellende Klärung für ein Problem zu finden. Dadurch bauen Sie wieder Ihr Selbstbewusstsein auf, der ein Begleiter auf dem Weg zum Erfolg ist.
12. Wie du mir so ich dir. Wer bereit ist Leistung zu zeigen, wird sicher nicht unbelohnt bleiben. Dies kann sich in Form von einem höheren Gehalt oder verantwortungsvolleren Aufgaben äußern. Denken Sie immer daran, welche Vorteile Ihnen Ihre Einsatzbereitschaft und Eigeninitiative bringen kann. Es kommt weniger auf die Quantität, sondern vielmehr um die Qualität Ihrer Leistungen an, die Sie mit Lehrgängen und Weiterbildungsmaßnahmen leicht verbessern können. Sollte die Belohnung dennoch ausbleiben ist es ratsam dezent darauf aufmerksam zu machen.