



Hans J. Schmid

## Wer bist du? – Eine Anleitung zur Selbstmotivation

**LABORALLTAG** Sie kümmern sich rastlos um die Kunden. Sie motivieren liebevoll Ihre Mitarbeiter. Sie besuchen eifrig Messen und Fortbildungen, verhandeln hart mit Lieferanten und im Verein hören viele gespannt auf Ihre Meinungen und Ideen. Auch daheim sind Sie die wichtigste Ansprechperson für alle Fälle. Zu fast jedem Thema ist Ihre eigene präzise Entscheidung zwingend gefragt.

Egal wann und wo, man wird gefordert. Es spielt keine Rolle, welcher Wochentag es ist, welche Veranstaltung, welche Uhrzeit. Wie nun schafft man das? Woher kommt diese nie endende Energie, wie wird der Akku wieder aufgeladen? Wie teilt man die Lebensenergie ein, sodass sie nicht schon zum wohlverdienten Feierabend verbraucht ist? Und wer bekommt es ab, wenn die eigene Energie verbraucht ist, und wie äußert sich das?

### Es ist so einfach!

Zur Verdeutlichung hier ein paar Ideen und Angebote, wie es wirklich einfach wird. Eine Frage zum Anfang: Wie viele Tage ist ein normaler Angestellter im Jahr im Durchschnitt krank? Die zweite Frage liegt auf der Hand: Und wie viele Tage ist ein selbstständiger Unternehmer im Jahr krank? Auch wenn man vermuten würde, dass Angestellte

höhere Werte haben, liegt man falsch! Die Zeiten sind nahezu identisch. Jeder holt sich mal eine nervige Erkältung, eine grässliche Magenverstimmung, eine infektiöse Entzündung oder die gute Stimme ist mal weg. Doch entscheidend ist die Zahl der Fehltage im Betrieb. Und da ist der gravierende Unterschied. Während die deutschen Mitarbeiter durch die Krankschreibung vom behandelnden Arzt schon mal eine

# DGSHAPE

## DWX-52DC



ganze Woche dauert, hat der Unternehmer schon wieder fleißig drei Tage im eigenen Betrieb gearbeitet. Doch meist ist es bei einem Selbstständigen so, dass sich die infektiöse Erkältung am Donnerstag ankündigt, am Freitag richtig schlagartig ausbreitet und er dann das ganze Wochenende im Bett verbringt. Pünktlich am Montagmorgen schleppt er sich noch sichtlich angeschlagen auf die Arbeit, und wie von Zauberhand ist bis abends wieder alles gut. Warum sind gute Unternehmer nur am Wochenende krank? Oder anders gefragt, warum trifft mich der Virus immer nur im wohlverdienten Urlaub oder den ersehnten Weihnachtsferien? Wenn das nicht nur mir so passiert, sondern vielen anderen Selbstständigen auch, stellt sich doch die Frage: Hat das ein System? Wenn alle dieselben Erfahrungen machen, und zwar beide, mit sich und ihren Angestellten? Das hat dann ja wohl einen guten Grund.

Manche Menschen gehen auf Arbeit, um sich selbst zu schaden.

Programmierung ist hier der richtige Gedanke. Sich im Unterbewusstsein (das logischerweise Unbewusstsein heißen müsste) mit den richtigen Anweisungen zu programmieren, ist der Hintergrund. Geben Sie sich einen richtigen Auftrag und Ihr zweites Ich wird ihn für Sie ausführen. Das ist sicher. Sie nutzen eine Art von „Branding“, eine ausgewählte Denkweise wird als Glaubens-

## Automatisiertes Dentalfräsen, Tag und Nacht



Automatischer  
Rohlingswechsler



### 5-Achs-Dentalfräsmaschine mit automatischem 6-fach-Blankwechsler.

Sie wünschen höhere Produktivität oder größere Flexibilität, dann ist die DWX-52DC das Mittel der Wahl mit 6-fach-Blankwechsler, der Ihnen automatisiertes Fräsen unterschiedlicher Materialien ermöglicht.

Ihr Wunsch geht mit der DWX-52DC in Erfüllung: Tag und Nacht zuverlässig fräsen mit gleichbleibend hoher Qualität.

Entdecken Sie Ihre Vorteile mit der DWX-52DC im digitalen Workflow Ihres Labors.

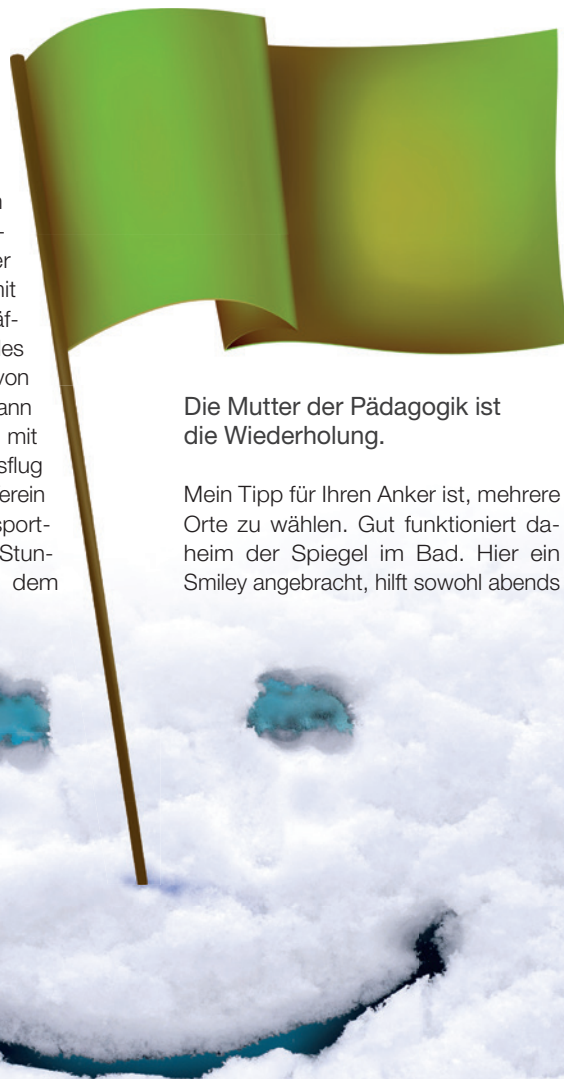
satz festgelegt und dient ab sofort als Wahrheit. „Ich kann es mir nicht leisten, krank zu werden“, „Ohne mich geht das Unternehmen unter“, „Die Menschen brauchen mich“. Wie stark diese prägnante Programmierung ist, erkennt man immer dann, wenn man aus derselben aussteigt. Kaum gibt es Aussicht auf ein verlängertes Wochenende, eine ersehnte Urlaubszeit oder die stillen Tage, schon haben Sie irgendetwas, was Sie aus der Bahn wirft. Die positive Programmierung ist wie weggeblasen, als ob sie nie da gewesen ist. All die Stärken, der unbändige Leistungswille – wie weggeblasen. Ohne Auftrag an das Unterbewusstsein ist man so empfindlich auf Umwelteinflüsse wie ein neugeborenes Kind. Wenn die Belastung herunterfährt, geht das identisch mit dem Schutzschild einher – das ist nicht zu verhindern. Und das ist gut so. Sie brauchen die Zeit zum Herunterfahren und Erholen sowie die Möglichkeit, den Akku wieder aufzuladen, um für die neuen Herausforderungen gewappnet zu sein. Der große Vorteil ist, dass man nie zu viel Energie aufladen kann. Es ist keine Überladung des eigenen Systems möglich. Aufladen geschieht immer dann, wenn man sich mit etwas anderem beschäftigt außer der Arbeit. Alles außer dem, was einen von Montag bis Freitag im Bann hält. Es ist egal, ob Sie mit den Kindern einen Ausflug machen oder sich im Verein einsetzen, ob Sie sich sportlich verausgaben oder Stunden auf dem Sofa dem

„chillaxen“ (neudeutscher Ausdruck für Mischung aus „chillen“ und „relaxen“, also ausruhen). Es gibt unendlich viele Dinge und Betätigungsfelder, die den Kopf mit anderen Gedanken füllen und das Thema Beruf ausschalten. Wichtig ist dabei, dass alle Aktivitäten außerhalb des Unternehmens stattfinden. Zwei Dinge sind hierbei nicht sonderlich dienlich: sinnfreies Nutzen des Fernsehers und zielloses Surfen im Netz. Den nächsten Stein der Weisen, den Sie nutzen können, ist die unerschwellige Programmierung mit Ihrem Anker. Wie er aussieht und welche Bedeutung er für Sie hat, ist ganz unterschiedlich, und er darf sich auch wechseln, je nach Zeit und Gelegenheit. Henry Ford wird nachgesagt, er hat immer seinen ersten selbst verdienten Dollar stets in seiner Hosentasche getragen. Manch andere haben eine Mark in der Geldbörse, einen Stein in der Hosentasche etc. Hier geht es nur darum, dass man immer wieder an sein Ziel erinnert wird.

abzuschalten als auch morgens nach dem Aufstehen kurz an die positive Programmierung zu denken. Der Akku wird somit aufgeladen. Ein toller Nebeneffekt ist, dass man nach ca. zwei Wochen nicht mehr bewusst den Anker wahrnimmt, jedoch die Augen und das Unterbewusstsein weiter darauf reagieren. Weitere Orte sind zum Beispiel im Auto: Lenkrad, Sonnenblende oder Türgriff. Im Betrieb sind ebenfalls viele Stellen interessant. Nicht nur im Chefbüro. Ich empfehle kleine Aufkleber in Form eines Smileys. Suchen Sie sich Erinnerungen, welche zu Ihnen passen. Das Gute an diesen kleinen Alltagshelfern ist, dass man nicht an ihre Wirksamkeit glauben muss, man muss es nur tun. Auch ohne die Überzeugung, dass es helfen könnte, arbeiten die eigenen kleinen Helfer Tag und Nacht, und das ganz ohne Bezahlung. Das ist versprochen. Ihr einziger Auftrag ist, sie einmal anzubringen, und der Rest erledigt sich von selbst.

Mit diesem Weg haben Sie eine Schatztruhe voll mit unbändiger Energie, die Sie im Alltag sicher durch jedes Unwetter, jedes Gewitter oder noch so großes Erdbeben sicher führen. Nichts kann Sie mehr aus der Bahn werfen. Sowohl für Ihr Team als auch für Ihre Kunden sind Sie der sichere Fels in der Brandung, an dem sich jeder festhalten will. Jeder freut sich über motivierende Worte sowie den Zuspruch, den Sie spenden können. Das treibt den Motor Unternehmen unaufhaltsam an. Viel Arbeitsspaß beim Nutzen von NVP (Neuronaler Visualisierender Programmierung).

Stell dich der Angst, und der Tod der Angst ist sicher!



**Die Mutter der Pädagogik ist die Wiederholung.**

Mein Tipp für Ihren Anker ist, mehrere Orte zu wählen. Gut funktioniert daheim der Spiegel im Bad. Hier ein Smiley angebracht, hilft sowohl abends

## INFORMATION

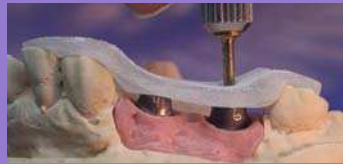
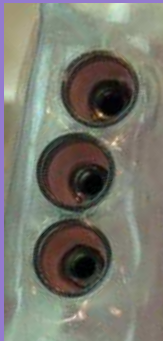
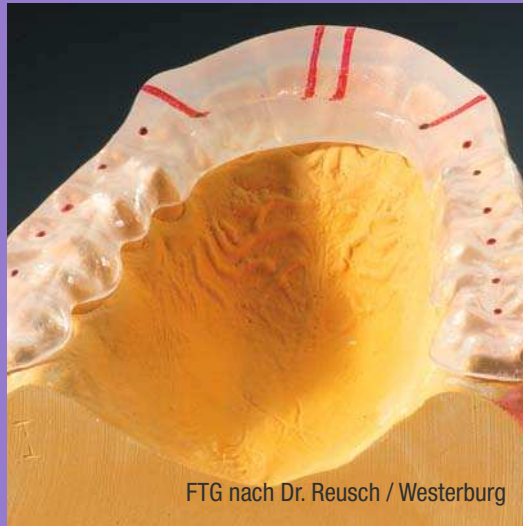
**Hans J. Schmid**  
Benzstraße 4  
97209 Veitshöchheim  
Tel.: 0170 6333888  
service@arbeitsspass.com  
www.arbeitsspass.com

Infos zum Autor



# primosplint

lichthärtendes Aufbisschienenmaterial



## STABIL PASSGENAU VIELSEITIG EFFIZIENT

allergieneutrales Composite in Strangform, speziell entwickelt für funktionstherapeutische Aufbisschienen und mehr ...

- besonders einfach und schnell zu verarbeiten
- knetähnliche Konsistenz bei Raumtemperatur
- polymerisiert zuverlässig in den meisten Lichthärtegeräten
- extrem präzise, keine klinisch relevante Schrumpfung, kein Verzug
- abrasionsoptimiert, schont Zahnschmelze und Kiefergelenk
- voll autoklavierbar – kein Verzug bei Dampfsterilisation
- kann problemlos mit anderen Materialien kombiniert werden (PMMA- Kunststoff oder Tiefziehfolien)
- geruchs- und geschmacksneutral



Tel. +49 (0) 61 72-99770-0

www.primogroup.de · primotec@primogroup.de