

## Wer bist du? – Eine Anleitung zur Selbstmotivation

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. Ein Beitrag von Hans J. Schmid.

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, so dass sie nicht schon zum wohlverdienten Feierabend verbraucht ist? Und wer bekommt es ab, wenn die eigene Energie verbraucht ist, und wie äußert sich das?

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

Ihr zweites Ich wird ihn für Sie ausführen. Das ist sicher. Sie nutzen eine Art von „Branding“, eine ausgewählte Denkweise wird als Glaubenssatz 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

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 unerschwerliche Programmierung mit Ihrem Anker. Wie er aussieht und welche Bedeutung er für Sie hat, ist ganz unterschiedlich, und er darf sich auch ändern, je nach Zeit und Gelegenheit. Henry Ford wird nachgesagt, er hat 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.

benefekt ist, dass man nach etwa zwei Wochen nicht mehr bewusst den Anker wahrnimmt, jedoch die Augen und das Unterbewusstsein weiter darauf reagieren. Weitere Orte sind zum Beispiel im Auto:

ANZEIGE



Lenkrad, Sonnenblende oder Türgriff. Im Betrieb sind ebenfalls viele Stellen interessant. Nicht nur im Chefbüro. Ich empfehle kleine Aufkleber in Form eines Smiley's. 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! **ZT**

**ZT Adresse**

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



### 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 Fehltag im Betrieb. Und da ist der gravierende Unterschied. Während die deutschen Mitarbeiter durch die Krankenschreibung vom behandelnden Arzt schon mal eine ganze Woche fehlen, hat der Unternehmer schon wieder fleißig drei Tage im eigenen Betrieb gearbeitet. Doch meist ist es bei einem Selbstständigen so, dass

den ersehnten Weihnachtsferien? Wenn das nicht nur mir so passiert, sondern vielen anderen Selbstständigen auch, stellt sich doch die Frage: Hat das System? Wenn alle dieselben Erfahrungen machen, und zwar beide, mit sich und ihren Angestellten? Das hat dann ja wohl einen guten Grund.

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 wäre. All die Stärken, der unbändige Leistungswille – wie weggeblasen. Ohne Auftrag an das Unterbewusstsein ist man

Sie brauchen die Zeit zum Herunterfahren und Erholen sowie die Möglichkeit, den Akku wieder aufzuladen, um für die neuen Herausforderungen gewappnet zu sein.

### 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

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.

### 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 abzuschalten als auch morgens nach dem Aufstehen kurz an die positive Programmierung zu denken. Der Akku wird somit aufgeladen. Ein toller Ne-



Infos zum Autor



## Celtra® Press

Zirkonoxid-verstärktes Lithium-Silikat (ZLS)

# Macht den Unterschied

Eine hochfeste Glaskeramik mit einzigartiger Mikrostruktur:

- Natürliche Opaleszenz und Transluzenz ergeben einen Chamäleon-Effekt, der sich nahtlos an die umliegende Zahnschicht anpasst
- Außergewöhnliche Biegefestigkeit - 678 MPa\*
- Ausgezeichnete Fließigenschaften ermöglichen dünne, aber stabile Ränder
- Einfache und schnelle Verarbeitung - minimale Reaktionsschicht, schnelle Politur, vereinfachtes Farbsystem reduziert die Lagerhaltungskosten
- Umfassendes Gesamtsystem mit Pellets, Einbettmasse und Verblendkeramik

\*Biegefestigkeitsprüfung der Justus-Liebig-Universität Gießen: 678 MPa (biaxiale Biegefestigkeit). Interne Messungen von Dentsply Sirona: 567 MPa (3-Punkt Biegefestigkeit).

[celtra-dentsplysirona.de](http://celtra-dentsplysirona.de)



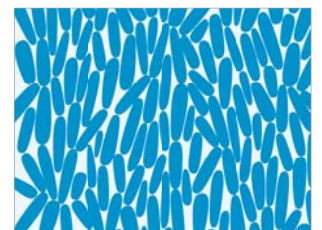
Klinische Aufnahme mit freundlicher Genehmigung von Dr. Ernst Koburg, Zahnarzt, und Hans-Jürgen Joit, ZTM.

Mikrostruktur Celtra



Kristallite aus zirkonoxidverstärktem Lithiumsilikat (ZLS)  
500-1400 nm

Mikrostruktur Mitbewerber



Kristallite aus herkömmlichem Lithiumdisilikat  
2000-4000 nm

Laden Sie das kostenlose Informationspaket herunter:  
[CeltraInfo.de](http://CeltraInfo.de)