



Aktionstag „Klar Schiff“ vielleicht sogar mit stahldust am 27.12.2011?

„Ich sollte, ich müsste ...“ Beginnen so auch manche Ihrer Sätze? Vor allem, wenn das Jahr zu Ende geht und einige immer wieder aufgeschobene Aufgaben noch nicht erledigt sind. „Ich sollte die Unterlagen für die Steuer vorbereiten.“ Oder „Ich müsste endlich meinen Schreibtisch aufräumen.“ Oder „Ich wollte meinen Kleiderschrank aufräumen, aber irgendwie komme ich nicht dazu.“ Meist rauben uns die aufgeschobenen Dinge die Energie. Und weil wir dann keine Energie haben, packen wir's nicht an. Ein Teufelskreis. Die gute Nachricht ist: Diesen Kreislauf können Sie selbst durchbrechen. Wenn Sie ein richtig gutes Gefühl und Energie haben wollen, dann entscheiden Sie sich, einen Aktionstag zum Aufräumen, ausmisten, neu ordnen oder neu beginnen einzulegen.

Wie packen Sie es an? Planen Sie Ihren persönlichen Aktionstag entweder allein oder in Gemeinschaft. Hier ist mein Vorschlag für 5 Schritte:

- **Suchen Sie sich Ihre Aufgabe.** Was schieben Sie schon lange vor sich her? Welche Idee ist der Hektik des Tagesgeschäfts zum Opfer gefallen? Was wollen Sie endlich abschließen oder neu starten? Was würden Sie gern vorbereiten oder abschließen, um unbelastet ins neue Jahr zu gehen? Was soll endlich erledigt werden? Was soll endlich gestartet werden?
- **Schreiben Sie Ihre Aufgabe auf.** Beispielsweise: E-Mail-Postfach auf Vordermann bringen. 1. Unterordner anlegen, vorhandene Mails sichten und einordnen oder löschen oder archivieren. 2. E-Mail-Signatur aktualisieren und 3. Textbausteine formulieren für typische E-Mails.
- **Termin und Zeit festlegen.** Legen Sie als nächstes fest, wann Sie die Aufgabe erledigen und wie viel störungsfreie Zeit Sie dafür reservieren. Formulieren Sie konkret, beispielsweise: 28.12.2011, 9:00 bis 15:00, mit einer kurzen Pause und maximal 30 Minuten Mittagspause.
- **Starten Sie Ihre Aktion mit anderen zusammen.** In Gemeinschaft geht es leichter, das haben Sie sicher auch schon erlebt. Vielleicht machen Sie mit Kollegen und Kolleginnen einen gemeinsamen Aktionstag, um das Büro auf Vordermann zu bringen.
- **Gehen Sie gut mit sich um.** Nehmen Sie sich nicht zu viel vor. Gehen Sie mit Spaß an die Aufgabe. Bleiben Sie fokussiert und konzentriert. Finden Sie den richtigen Zeitpunkt, die Aufgabe zu beenden. Belohnen Sie sich, wenn Sie erfolgreich waren.



Lassen Sie sich von Doris und Ulrike Stahl inspirieren. Schließen Sie sich doch einfach dem **Aktionstag von stahldust „Klar Schiff 2012“** an. Am 27.12.2011 starten die Unternehmerinnen Doris und Ulrike Stahl den dritten Aktionstag. Los geht es um 10:00 mit einem Telinar (Telefonkonferenz). Die Auftaktveranstaltung stimmt auf die jeweilige Aufgabe ein und der Gastsprecher Karl Gamper sorgt für einen ausreichenden Motivationsschub. Dann starten alle in ihre persönliche Aufgabe. Wer mag, bleibt per Blog, Twitter oder der Shoutbox verbunden. Kleine Erfolgserlebnisse oder auch Frustrmomente können so mitgeteilt werden. Um 16:00 gibt das Abschluss-Telinar Raum zum Berichten, Feiern und sich freuen.

Ulrike Stahl sagt dazu: „Die öffentliche Selbstverpflichtung erzeugt gleichzeitig Motivation und Verantwortungsbewusstsein.“ und ihre Schwester Doris ergänzt „Und das Gemeinsame, auch wenn es eine virtuelle Gemeinsamkeit ist, kreierte eine spürbare Energie.“ Der Aktionstag ist kostenfrei und Sie brauchen lediglich ein Telefon und tragen die Telefongebühren (Festnetz, innerhalb Deutschlands). Bereiten Sie sich also gut auf Ihren persönlichen Aktionstag vor und vielleicht „treffen“ wir uns dann bei den Stahl-Schwestern.

Ihre

Wera Nägler

