

Warum viele Ideen nur Träume bleiben

Kennst du das Problem? Du nimmst dir vor, etwas für die Fitness zu tun, fängst damit an und hältst es nicht durch? Du startest ein Business, ein Wissensgebiet oder einen neuen Sport, aber irgendwie hältst du es nicht durch oder setzt es nicht um? Und selbst wenn du nicht dieses Problem hast, kennst du sicherlich Leute, auf die es zutrifft. Und das Problem der anderen in der Umsetzung kann sich auch wieder auf dich auswirken. Was also tun? Was ist der Grund, warum Leute nicht umsetzen?

Der Laufpapst Ulrich Strunz

Mein Freund und Geschäftspartner Alexander Christiani hat mir hierbei sehr weitergeholfen. Alex Christiani ist seit über drei Jahrzehnten Coach, Marketing- und Führungsexperte. Ich kenne kaum jemanden, der so ein umfassendes, tiefgründiges Wissen hat wie er. Aus diesem Grund habe ich mich auch entschlossen, mit ihm gemeinsam einen Podcast zu betreiben (findest du auf iTunes und Google Play), der den Namen „Was Unternehmer von Steve Jobs lernen können“ trägt.

Ulrich Strunz ist ein deutscher Arzt, der durch seine Bücher über das Laufen Millionen von Menschen dazu gebracht hat, joggen zu gehen und ihre Gesundheit zu verbessern. Beachte bitte, dass ich hier nicht schreibe, dass er Millionen von Büchern verkauft hat. Er hat faktisch eine ganze Bewegung angeschoben und Millionen in die Turnschuhe zur Umsetzung gebracht.

Millionen Menschen in die Umsetzung gebracht. Aber wie?

Alex Christiani hatte sich mit diesem Phänomen genauer auseinandergesetzt und mir die Quintessenz folgendermaßen präsentiert: „Ich interviewte seinerzeit Ulrich Strunz und wollte sein Umsetzungserfolgsgeheimnis wissen.

Er sagte mir, dass dabei vier Punkte ganz ausschlaggebend sind:

1. Menschen brauchen inspirierende **Vorbilder** (mit denen sie sich identifizieren können).
 2. Sie brauchen sehr konkrete **Checklisten und Pläne**, die sie abarbeiten können.
 3. Sie brauchen eine **Community** (also kleine Jogginggrüppchen, Partner und Gleichgesinnte, um sich gegenseitig durch Motivationstiefs hindurch zu helfen).
 4. Sie brauchen persönliches **Mentoring und Coaching**.“
-
-

Warum inspirierende Vorbilder? Wie wir an vorheriger Stelle schon gelernt haben, sind Purpose und ein Ziel vor Augen, das man schaffen kann, der Schlüssel für jeden Erfolg.

Dicke Menschen sehen in denen Vorbilder, die auch ursprünglich mal dick waren und nun rank und schlank sind. Gebrechliche Menschen sehen, dass andere früher gebrechlich waren und nun quatschfidel sind. Diese Dinge können einen ungeheuren Motivationsschub auslösen. Wichtig dabei ist sowohl, dass die Vorbilder inspirierend sind, als auch, dass man sich selbst mit diesen Leuten identifizieren kann. Weil sie eine ähnliche Geschichte haben wie man selbst.

Konkrete Checklisten und Pläne helfen dabei, dass man bei einem neuen Thema nicht an den vielen Fragezeichen hängen bleibt und als Reaktion darauf einfach gar nichts macht.

Durch Communitys entstehen eine Gruppendynamik und ein positiver Gruppenzwang (man will sich nicht blamieren, man hat feste Termine, die man einhalten muss, da man verabredet ist). Auch gibt es so etwas wie ein „soziales Commitment“ (= öffentlich verkündete Entscheidung, die verbindlich ist).

Stell dir vor, du stellst dich jetzt vor all deine Freunde und sagst: „Ab heute ändere ich alles und ich werde Millionär, komme, was wolle.“ Glaube mir, du würdest auf keinen Fall bei den ersten kleinen Rückschlägen aufgeben. Mir persönlich müsste man schon mit der Todesstrafe drohen, um mich freiwillig so zu blamieren.

Social Commitment (sich öffentlich festlegen)

Tatsächlich habe ich 1994, kurz nachdem ich mich selbstständig gemacht hatte, all meinen Freunden genau das verkündet. Nämlich dass ich es schaffe und Millionär werde und dass daran nicht der geringste Zweifel besteht. Ich machte das damals nicht, weil ich großkotzig war, sondern weil ich meine Schwächen kannte.

Ich wusste, dass ich gerne mal den leichteren Weg gehen würde und auch bei Frust schnell zum Aufgeben neige (der blinde Schwimmer). Um diese Schwäche zu kaschieren beziehungsweise zu verhindern, habe ich damals eine andere meiner Schwächen genutzt: Stolz. Was bin ich heute froh, dass ich mich damals so weit aus dem Fenster gelehnt habe.

Persönliches Mentoring und Coaching ist natürlich wichtig, um individuelle einzelne Fragen abklären zu können. Hier kann man leicht einen Fehler machen, indem man den „ultimativen Supermentor“ sucht, den natürlich jeder haben möchte.

Aber was spricht dagegen, sich einfach ganz normale Menschen zu suchen, die in Bereichen, in denen du Schwächen hast, ihre Stärken haben? Suche also nicht den ultimativen Supercoach, sondern lieber zehn Coaches, die in ihrem speziellen Bereich besser sind als du (zum Beispiel: Du hast einen Freund, der extreme geistige Ausdauer hat?

Dann lasse dich von ihm coachen! Du hast einen Freund, der sehr gut Kontakte machen kann? Lass dir beibringen, wie er vorgeht!).

Ich persönlich habe die Ulrich-Strunz-Erfolgsformel für mich noch ein wenig weiterentwickelt. Da wir von den vorherigen Kapiteln wissen, dass Purpose der Schlüssel ist und es auch wichtig ist, dass man das Endergebnis klar vor Augen hat, habe ich noch folgende zwei Punkte hinzugefügt:

5. Du weißt sehr genau, wie du später sein möchtest, welche **Fähigkeiten** du dafür brauchst und was letztendlich das greifbare **Endergebnis** sein soll.
6. **Kenne dein Warum** und stelle sicher, dass du genügend Gründe findest, die dich hinreichend motiviert halten, so dass du bis zum Ende (Energizing) durchhältst.

Everything starts with a flow

Wie wurde der Rhein so groß, wie er ist? Richtig – aus vielen kleinen Quellen und Rinnsalen wird erst ein Bach, dann ein Fluss und dann ein großer Strom wie der Rhein. Viele Ideen werden nie ausgeführt, weil einfach nicht der erste Schritt gegangen wurde. Auch die Besteigung des Mount Everest besteht nur aus vielen kleinen einzelnen Schritten.

Resümee:

Um Dinge wirklich umgesetzt zu bekommen, müssen mindestens vier, idealerweise sechs Faktoren präsent sein. Inspirierende Vorbilder, konkrete Pläne und Checklisten, eine Community oder kleine Gruppe und persönliche Mentoren. Idealerweise hast du dein Ziel sehr konkret vor Augen und auch die Gründe, warum du es wirklich erreichen möchtest, immer präsent.

Teste dein Verstehen:

- + Was sind die vier Punkte, mit denen Ulrich Strunz Millionen von Menschen in die Umsetzung brachte, und wie kannst du das für dich anwenden?
- + Was sind die zwei Verbesserungen von mir und warum sind sie sinnvoll?
- + Was ist ein „soziales Commitment“ und wie könntest du das in Bezug auf dieses Buch anwenden?
- + Auf Seite 42 des Workbooks Nr. II der „90-Tage-Challenge“ findest du 6 wichtige Übungen und Coachingfragen, mit denen du deine Träume, Ziele und Wünsche wie von Zauberhand umgesetzt bekommst. Wenn du also zum „Umsetzungstier“ werden willst, mache diese Übungen.

Hol Dir das physische Buch

250.000+
verkaufte Exemplare



43 bewährte Erfolgsgesetze für Deinen privaten, beruflichen und finanziellen Erfolg.

Was sich hinter diesem reißerischen Titel verbirgt?

Die 43 Erfolgsgesetze und 668 Erkenntnisse aus diesem praxiserprobten Erfolgswegweiser helfen Dir dabei, erfolgreicher in allen Lebensbereichen zu sein:

- **Persönlicher Erfolg:** Wie Du Deine wahre Leidenschaft findest, Dir die richtigen Ziele setzt, mehr freie Zeit gewinnst und Deine volle Energie und Freude am Leben zurückgewinnst ...
- **Beruflicher Erfolg:** Wie Du mit übergeordneten Prinzipien und Werkzeugen einen laserscharfen Fokus entwickelst und in kürzester Zeit viel mehr schaffst und Deine Ziele einfacher, schneller und stressfreier erreichst ...
- **Finanzieller Erfolg:** Wie Du mit den effektivsten Strategien der Millionäre blitzschnell Eigenkapital aufbaust, Deinen Cashflow verdoppelst, Deine Bonität steigerst und in 14 Schritten Deine finanzielle Freiheit ohne Rückschläge erreichst ...

Nutze dieses Insiderwissen für Deinen Erfolg, indem Du Dir jetzt Dein kostenloses Exemplar bestellst!

(Auf den Button klicken oder QR-Code scannen!)

