

Die Magie der kleinen Schritte

Wie tägliches Tun den großen Unterschied bringt

Jeder kennt es, viele hassen es und verzichten deshalb schon aus leidvoller Erfahrung komplett darauf. Die Rede ist von Vorsätzen, die wir machen, um dann meistens schon nach kurzer Zeit festzustellen, dass es eh nichts bringt oder dass wir einfach nicht dazu gekommen sind. Ein Grund dafür könnte sein, dass wir uns zu viel vornehmen und die neuen Tätigkeiten nicht noch zusätzlich im übervollen Terminkalender unterbringen können.

Weder überschätzen noch unterschätzen

Viel häufiger trifft aus meiner Sicht aber ein anderer Grund zu. Wir wollen Ergebnisse sehen, bevor wir gestartet sind und wir glauben nicht daran, dass uns kleine, tägliche Aktivitäten auf Dauer zu unseren Zielen führen. Auf der einen Seite überschätzen

**Mario
Nesensohn**



wir komplett, was wir in wenigen Tagen oder ein paar Wochen erreichen können. Auf der anderen Seite unterschätzen wir, was wir in einem, in fünf oder auch in zehn Jahren erreichen können.

Steter Tropfen höhlt den Stein

Ein kleines Beispiel dazu: Schaffen Sie es, ein 300 Seiten starkes Buch in einem Tag zu lesen? Die wenigsten werden diese Frage mit „Ja“ beantworten. Daher meine zweite Frage an Sie: Können Sie zwei oder vielleicht sogar zehn Seiten pro Tag lesen? Das klingt schon viel realistischer

oder? Selbst wenn Sie nur eine Seite lesen, sind Sie nach 10 Monaten fertig. Die Krux an der Sache ist: Es ist ganz einfach zu tun. Leider ist es genauso einfach, es nicht zu tun. Und so verhält es sich mit vielen Dingen in unserem Leben.

Und was macht es schon für einen Unterschied, einmal einen Tag auszulassen. Im Grunde gar keinen. Nur wird aus dem einen Tag oft ein zweiter, ein dritter und schließlich eine Woche. Und so vergehen wieder Monate, ohne dass wir uns auch nur einen Schritt in Richtung Ziel bewegt haben. Viel besser ist es, an Tagen, an denen die Zeit zu knapp wurde, unser Vorhaben zumindest teilweise durchzuführen. Denn so bleiben wir dran. Diese eine kleine Sache pro Tag, konsequent gemacht, bewirkt über kurz oder

lang den entscheidenden Unterschied.

Im gleichen Boot unterwegs

Wissen Sie was das Tolle ist? Wir sitzen alle im gleichen Boot. Auch ich bin noch lange nicht dort, wo ich sein möchte. Bin ich deswegen deprimiert oder traurig? Nein, weil ich jeden Tag einen kleinen Schritt in Richtung meiner Ziele mache. Ich freue mich, wenn wir uns in 10 Jahren treffen, gemeinsam unsere Erfolg feiern, neue Ziele setzen und ... wieder den nächsten ersten kleinen Schritt wagen.

Info

Mario Nesensohn
Diplom-Lebensberater
Mitglied der Berufsgruppe
Lebensberatung,
T 05522/305-279
www.wkv.at/beratung