



MINDSTYLE.
WORLD

STOPPE DAS AUFSCHIEBEN!

Prokrastination war gestern – Aktion ist heute





MINDSTYLE.
WORLD

START RIGHT NOW!

Es geht uns allen immer wieder mal so. Auch wenn wir wissen, dass wir Dinge zu tun haben und zu erledigen, wir schieben es vor uns her. Das kann verschiedene Gründe haben.

Manchmal glauben wir, dass etwas noch nicht ausgereift ist, das etwas ganz perfekt sein muss. Vielleicht schieben Sie deshalb Projekte und Aufgaben hin und her um damit nicht nach Außen zu gehen. Sie wollen sich nicht blamieren, keine Blöße geben. Dummerweise gibt es perfekt nicht. Es wird sich sogar nach dem „perfekt“ abgeliefert sein immer noch weiter entwickeln.

Vielleicht ist die Aufgabe aber auch noch nicht wichtig genug. Oder der „Endtermin“ noch einige Zeit entfernt. Es wäre aber trotzdem toll, wenn es jetzt erledigt wäre, und nicht noch tagelang über unseren Köpfen kreist, und als „Unerledigt“ noch eine gewisse Art von Druck ausübt. Wenn vielleicht auch nur subtil.

Und ganz ehrlich: meistens sind wir einfach nur zu faul. Es ist auf der Couch immer gemütlicher, als etwas zu tun und zu erledigen.

Um ehrlich zu sein, spielen diese Gründe alle keine Rolle. Stellen Sie sich vor, wie happy und glücklich Sie sind, wenn Sie die gewünschte Aufgabe erledigt haben. Das ist das einzige was zählt! Wir wünschen Ihnen, dass Sie das erreichen: sich gut zu fühlen und die Aufgaben erledigt haben. Mit diesem einfachen Trick kann Ihnen das gelingen.

START
NOW

DIESER TRICK LOEST IHR PROBLEM

Dafür gibt es den 5-Minuten Start-Trick. Er ist tatsächlich sehr simpel. Ganz egal worum es sich dreht. Die Küche wieder einmal sauber und blitzblank zu putzen, den Rasen zu mähen, die Bachelor-Arbeit zu beginnen, etwas zu reparieren oder das aufwendige Projekt mal anzustarten.

Setzen Sie sich dieses kleine Ziel und nehmen sich nur 5 Minuten Zeit dafür! Sie können für bestimmte Aufgaben die Zeitspanne ebenso auf 15 Minuten ausweiten. Das ist nicht viel Aufwand. Aber diese Zeit investieren Sie. Nicht mehr, nicht weniger. Aber diese Zeit nehmen Sie sich!

Was das verrückte ist, ist das Sie schnell bemerken werden, das es nicht bei diesen 5 (oder 15) Minuten bleiben wird. Es geht nur um's beginnen. Manchmal sind die Start's nur das schwierige. Dennoch können Sie nach diesen 5 Minuten auch einfach wieder aufhören! Sie wollten nicht mehr Zeit investieren, dann ist das OK. Aber Sie haben auch nicht nichts getan. Dann müssen Sie den Trick einfach öfters anwenden. Die Aufgabe wird irgendwann erledigt sein.



ABSCHLUSSFRAGE

Was schieben Sie immer wieder vor sich her? Oder jetzt in diesem Moment? Welche Belohnung steckt dahinter, wenn Sie die Aufgabe erledigt haben?

Wenn wir unseren Kunden diese Fragen stellen, möchten diese oft mehr und tiefer in dieses Bewusstsein und die Methoden eintauchen. Deshalb haben wir hier für die noch **zwei kleine Golden Nuggets** und **einen Bonus** für dich vorbereitet:

NUGGET # 1

Nutze die Chance und buche dir ein **kostenloses Potenzialgespräch mit Philipp Nägele**. Der kostenfreie Termin ist ein wahrer Augenöffner, und du erhältst 100% Mehrwert für deine individuelle Situation. Philipp wird dir hier noch weitere Impulse geben, wie du dem Murmeltier für immer Adieu sagen kannst.

Klicke direkt auf den Link und buche Dir Dein persönliches Gespräch:
<https://calendly.com/mindstyleacademy/15min>

NUGGET # 2

Wenn du dir 30 Minuten Zeit nehmen magst, sieh dir die **Rede von Philipp Nägele** beim Erfolgskongress 2022 an. Für diese Speech hat Philipp den **Red Fox Award** zum **Mindset Experten 2022** gewonnen.

Schaue Dir **hier die Gewinner-Speech** von Philipp an:
<https://www.youtube.com/watch?v=ozlpaVOA00E>

BONUS TIPP

MACHEN SIE ES LEICHT

Für größere Projekte nutzen Sie den Trick einfach öfters! Teilen Sie sich die Zeit ein. Wenn die Aufgabe mehrere Tage oder Wochen dauert, arbeiten kontinuierlich daran. Aber auch kontinuierlich „wenig“. So, dass Sie das Leben darum herum auch nicht außer acht lassen.

ÜBER PHILIPP NÄGELE

Red Fox Award Gewinner & Mindset Experte 2022 Philipp Nägele ist seit 12 Jahren Coach & Experte. Als Visionär bietet Philipp in der Mindstyle.Academy Möglichkeiten für persönliche Entwicklung in Bezug zu Business, Freiheit, Leidenschaft & Leben.

Zu diesem Zweck hat Philipp 2020 die Mindstyle.Academy und 2022 die Mindstyle.World gegründet. Dort liefert er mit seinem Team Konzepte und Programme für Menschen, die mehr aus Ihrer Persönlichkeit und ihren Möglichkeiten machen wollen.

Der Schlüssel dabei bleibt immer das Mindset.

Akademischer Mentalcoach Nägele Philipp

4810 Gmunden
Oberösterreich, Österreich
Tel.: 0660-7691860
E-Mail: hello@worldofmindstyle.com



SCAN ME

