

Orga-Tipp Nr. 103

Sichern Sie sich Ihren Erfolg in 2017 und schaffen Sie schlechte Angewohnheiten ab – Teil 2

Im Januar waren die Punkte „Checken von privaten E-Mails, Twitter, Facebook etc.“ sowie das Vergleichen mit anderen die ersten beiden schlechten Angewohnheiten, die wir versuchen sollten, abzuschaffen.

Hier nun 2 weitere Vorgehensweisen, ohne die wir besser leben können:

1. **Ständiges Beschweren und Nörgelei**
Oft merken wir es gar nicht mehr, wenn ständige Nörgelei an dem, was uns nicht passt, zu unserem ständigen Begleiter wird. Doch wir machen uns damit nicht nur klein und unsympathisch, wir lähmen auch den Teil unseres Gehirns, der für das Finden von Problemlösungen zuständig ist.
Statt zu lamentieren, suchen Sie lieber das Gespräch mit der zuständigen Person und überlegen Sie sich vorher, wie eine Lösung Ihres Problems oder des Missstands aussehen könnte.
Konstruktive Kritik wird viel eher angenommen und führt so zum Ziel, als wenn Sie nur Ihr Leid klagen!
2. **Wichtige Aufgaben aufschieben und erst zum Schluss erledigen**
Je wichtiger eine Aufgabe ist, umso eher sollten Sie sie erledigen. Wir neigen jedoch dazu, uns viel zu sehr von Unwichtigem ablenken zu lassen und dann in arge Bedrängnis und Stress zu geraten, wenn die wichtige Aufgabe auch noch dringend geworden ist.
Entspannen Sie Ihre Arbeitssituation, indem Sie das Wichtige immer zuerst bearbeiten. Dies vermeidet nicht nur unnötigen Stress, es steigert auch Ihr Ansehen in Ihrem Umfeld.