

**BÜRO- UND  
MANAGEMENTSERVICE**

*Brigitte Jahn*



Liebe **ÜKL**-Freunde,

ein neues Jahr hat begonnen, die ersten Tage haben Sie hoffentlich entspannt erleben dürfen.

Wie wird es wohl werden, das Jahr 2019? Werden wir Erfolg haben, werden wir Glücksstunden erleben, werden wir Ziele und Träume verwirklichen können? Welche Überraschungen wohl vor uns liegen?

Und was können wir besser machen als im vergangenen Jahr? Damit ist nicht gemeint, dass Sie sich nun mit all diesen gutgemeinten guten Vorsätzen belasten – aber jeder von uns kann sich überlegen, was wir selbst für unser Wohlbefinden und das Wohlbefinden unseres persönlichen Umfelds tun können.

Ein wesentlicher Faktor dafür, dass es uns gut geht, ist das Miteinander, der Austausch mit anderen, das Netzwerken. Nehmen wir uns doch für das neue Jahr einfach einmal vor, dass wir uns für andere stärker interessieren und auch einmal selbst Hilfe annehmen.

### Brigittes Tipp für Januar: Erreichen sie Ihre Ziele mit der Hilfe von Emotionen und Vorstellungskraft

Können Sie Rückwärts-Denken?

Oft erreichen wir unsere Ziele nicht, weil wir nicht bis zu Ende gedacht haben, Schwachstellen übersehen haben, die Motivation nicht ausreicht – die Stolpersteine sind vielfältig.

Deshalb versuchen Sie es doch einmal statt einer „Planung von Anfang an“ mit einer Vorstellung, wie das fertige Projekt aussehen soll: Die Vorstellung vom fertigen Projekt hilft Ihnen zu überprüfen, ob es überhaupt einen Sinn macht und gut durchdacht ist. Lohnt es sich überhaupt, in genau dieses Projekt Zeit, Energie und Geld zu investieren?

Dann folgt der nächste Schritt: Stellen Sie sich vor, welche Gefühle es in Ihnen auslöst, das Ziel erreicht zu haben. Mit diesem emotionalen Moment fällt das Durchhalten leichter.

Netzwerken ist wichtig wie nie, denn es heißt nichts anderes, als mit anderen im Gespräch zu bleiben. Nur so bekommen wir neue Impulse, Denkanstöße und können uns weiterentwickeln.

Stellen Sie sich vor, wie gut Sie sich im Dezember fühlen werden, wenn Sie Ihr Möglichstes für ein gutes Jahr 2019 getan haben – denn mehr kann man nicht verlangen.

Herzlichst

Ihr

**ÜKL**



## **Seminartermine 2019**

### **Erlangen**

am: 13.02.2019

Thema: Büroarbeit schneller und effektiver erledigen

### **München:**

27.02.2019

Thema: Top organisiert mit Office 4.0

### **München:**

28.02.2019

Thema: Modernes Zeitmanagement mit Outlook

### **Regensburg**

am: 12.03.19

Thema: Zielorientiertes Selbst- und Zeitmanagement

### **Erlangen:**

13.03.2019

Thema: Zielorientiertes Selbst- und Zeitmanagement

### **Köln**

am: 26./27.03.2019

Thema: Perfekt im Office