

Die 12 Gewohnheiten extrem produktiver Menschen (TEIL 1-2)

1



Du kennst auch doch bestimmt diese Menschen, die scheinbar spielendleicht, und absolut stressfrei so viel schaffen, dass es fast schon den Anschein erweckt, dass sie 30 Stunden oder mehr pro Tag zur Verfügung haben. Während du dich mit gerade einmal 24 zufriedengeben musst. Und die dann auch noch von vorne bis hinten nicht ausreichen.

Ich rede von diesen Menschen, die vor dem Frühstück mehr erledigt bekommen, als du es an einem gesamten Tag tust. Ich rede von diesen wenigen, extrem produktiven Menschen auf dieser Welt, die aufgrund ihrer Produktivität ein höheres Einkommen, ein höheres Ansehen, und damit auch mehr Erfolg und Glück genießen.

Tatsache ist, dass auch du einer von diesen extrem produktiven Menschen werden kannst.

Sie sind nämlich keine Übermenschen. Und sie wurden auch nicht mit besonderen Talenten oder Begabungen geboren, welche dir vor-enthalten wurden.



Nein, **alles, was diese Menschen getan haben, war es, sich einige bestimmte Schlüssel-gewohnheiten anzueignen. Die dann eben aufeinander aufbauen. Und welche dafür sorgen, dass die Produktivität dieser Menschen durch die Decke schießt.**

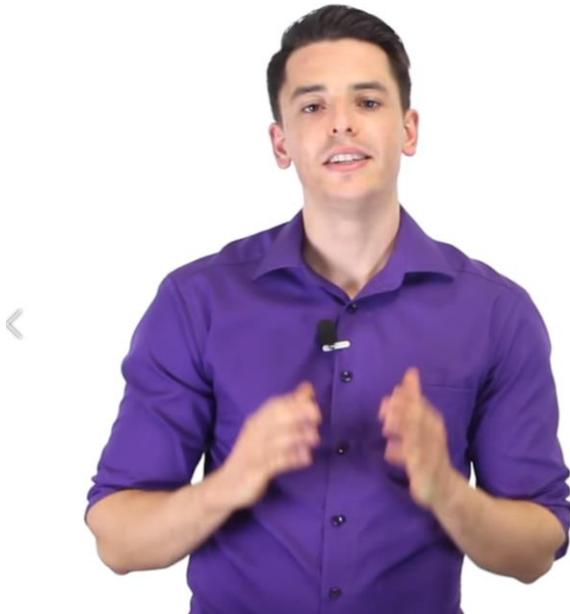
Und in genau diesem Video möchte ich dir **die 12 wichtigsten und fundamentalsten Gewohnheiten** verraten, **die solche extrem produktiven Menschen gemeinsam haben, damit auch du diese in deinem Leben installieren, und von ihnen profitieren kannst.**

Bereit? OK.

3

Die erste Gewohnheit extrem produktiver Menschen lautet:

1) SIE FOLGEN IHRER LEIDENSCHAFT



1. Sie folgen ihrer Leidenschaft

Bei **wahrer Produktivität** geht es nicht darum, **viel zu kreieren**. Also **möglichst viel Output zu erzeugen**.

Sondern es geht darum, **viel zu erreichen**. Es geht darum, **viel von den Dingen zu machen, die dir tatsächlich wichtig sind**.

Beschäftigt zu sein ist nicht dasselbe wie produktiv zu sein. Das verwechseln wir sehr gerne.

Sich den Arsch in einem **Job** aufzureissen, der einem überhaupt **keinen Spass macht**, hat **absolut nichts mit Produktivität zu tun**. **Auch wenn** du dabei vielleicht auch ein **Haufen Kohle verdienst**. Das spielt überhaupt keine Rolle.

Produktiv kannst du nur sein, wenn du ETWAS TUST, DASS DU LIEBST, wenn du ETWAS TUST, dass DEINER WAHREN LEIDENSCHAFT ENTSPRICHT.

Wenn man sich nun mal die **produktivsten und erfolgreichsten Menschen auf dieser Welt** ansieht, stellt man sofort fest, dass sie **eines**

gemeinsam haben. Nämlich, **sie tun alle das, was sie zu tun lieben. Sie folgen alle ihrer Leidenschaft.**

- **Wie ist das bei dir? Entspricht dein momentaner Job deiner Leidenschaft? Tust du ihn wirklich gerne?**
- **Oder zwingst du dich vielmehr dazu, diesen Job zu tun?**

Wenn das der Fall ist, dann wird es vielleicht höchste Zeit, hier etwas zu ändern. Denn nur so kannst auch du extrem produktiv werden.

Die zweite Gewohnheit extrem produktiver Menschen lautet:

2) SIE SIND PROAKTIV



- Proaktivität bedeutet: **Die Dinge immer selbst in die Hand zu nehmen.**
- Es bedeutet: **Die Dinge anzupacken, ohne zu zögern, ohne sie aufzuschieben.**
- Es bedeutet: **Der eigene Schöpfer seines Schicksaals zu sein.**
- Es bedeutet: **Ein Macher zu sein.**
- Es bedeutet: **Sich nicht von Umständen oder Problemen ausbremsen zu lassen und immer augenblicklich das zu tun, von dem man genau weiss, dass es getan werden muss.**

- Extrem produktive Menschen: Warten nicht darauf, sich bereit zu fühlen.
- Sie warten auch nicht darauf, bis die Umstände oder die Zeit besser geworden ist, oder die Zeit reif ist.
- Sie hoffen auch nicht, dass eines Tages jemand kommt und sie errettet.
- Oder dass sich irgendwann irgendetwas von selbst für sie ändert, und sie irgendwie erfolgreich und glücklich werden.
- Extrem produktive Menschen: Finden heraus, was getan werden muss, und tun das dann auch.

Im **GEGENSATZ** zu den **allermeisten Menschen**.

- Die **REAKTIV** anstatt **PROAKTIV** leben.
- Die **faul** in den Tag hineinleben.
- Die sich davor **schäuen** ihren **Verstand einzuschalten** und **eigenständig zu denken** und ihr **Leben selbst in die Hand zu nehmen**.

Wie sieht es bei dir aus:

- **Lebst du REAKTIV?**
- **Oder lebst du PROAKTIV?**
- **Wartest du darauf, dass sich irgendwann irgendetwas SICH GANZ VON SELBST FÜR DICH ÄNDERT?**
- **Oder arbeitest du wirklich jeden einzelnen Tag daran?**

Es gibt an dieser Stelle auch absolut kein Grund, sich selbst anzulügen, und sich etwas vorzumachen.

Ich weiss aus eigener Erfahrung, dass es **verdammt schwierig** ist, und sogar **schmerzhaft** sein kann, sich **ezuzugestehen**, dass man sein **bisheriges Leben grösstenteils reaktiv** anstatt **proaktiv** gelebt hat.

- **Aber weisst du, was noch schmerzhafter ist?**

Schmerzhafter ist, sich diese Erkenntnis in 10 oder 20 Jahren eingestehen zu müssen.

Deshalb frage ich dich nochmal an dieser Stelle.

- **Lebst du dein Leben wirklich PROAKTIV?**
- **Oder lebst du es doch REAKTIV?**
- **NIMMST DU DEIN EIGENES LEBEN SELBST IN DIE HAND, UND VERÄNDERST DAS, WAS DU VERÄNDERN MÖCHTEST?**
- **Bist du ein wahrer FLOWFINDER?**
- **Oder bist du immer noch ein Opfer deiner Umstände?**

Die dritte Gewohnheit extrem produktiver Menschen ist:

3) SIE BEGINNEN IMMER MIT DEM ENDE IM HINTERKOPF



3. Sie beginnen immer mit dem Ende im Hinterkopf

- Egal ob es um das **momentane Projekt**.
- Die **aktuelle Aufgabe**.
- Oder auch ihr **gesamtes Leben** geht.

Extrem produktiver Menschen wissen immer genau, wie das Endergebnis auszusehen hat.

Bevor sie also mit etwas loslegen, nehmen sie sich immer die Zeit, um in ihrem Verstand ein glasklares Bild davon zu kreieren, wie genau das Ergebnis aussehen soll, und wie man dieses tatsächlich kreiert.

Unproduktive Menschen hingegen haben oftmals überhaupt keine oder wenn, dann nur eine sehr vage Vorstellung davon, wie das Endergebnis aussehen soll.

Dabei setzen produktive Menschen tagtäglich das Werkzeug der Visualisation ein. Und stellen sich immer und immer wieder, Tag für Tag, Moment für Moment genau vor, wie sie die Zukunft kreieren, in der sie leben möchten.

Für dich bedeutet das jetzt folgendes:

1. Setz dich hin, nimm dir die Zeit, und kreierte dir eine echte **LEBENSVISION!**
2. Visualisiere deine eigene **BEERDIGUNG!!!**
3. Visualisiere deine **GRABREDE!!!**

Überlege dir:

4. **Was die Menschen am Ende deines Lebens über dich sagen sollen?**

Und stell dir genau vor:

5. **Wie dein Leben verlaufen soll?**
6. **Und was du alles erreicht haben möchtest?**

Und zweitens bedeutet das:

Mache es dir zur Gewohnheit, jedesmal wenn du ein neues Projekt, oder eine neue Aufgabe anpackst, dir zuallererst genau vorzustellen, wirklich zu visualisieren:

- **Wie genau das Endergebnis aussehen soll?**

Und natürlich auch:

- **Wie du dieses Endergebnis kreierst?**
- **Ausserdem mache es dir einfach zur GEWOHNHEIT JEDEN TAG IN DER FRÜH dir ein paar Minuten Zeit zu nehmen, und zunächst einmal den VERLAUF DEINES RESTLICHEN TAGES ZU VISUALISIEREN!**

Die vierte Gewohnheit extrem produktiver Menschen lautet:

4) SIE STELLEN DIE WICHTIGSTEN AUFGABEN IMMER AN ERSTER STELLE.



4. Sie stellen die wichtigsten Aufgaben immer an erste Stelle

Diese *Gewohnheit* baut auf der vorangegangenen *Gewohnheit* auf.

Extrem produktive Menschen **KREIEREN** zunächst einmal ein **GRÖßERES BILD VON SICH SELBST UND IHREM LEBEN.**

Und **KREIEREN** dann im nächsten Schritt ein **GLASKLAREN PLAN** davon:

- **Wie sie dieses grössere Bild realisieren können?**

Sobald sie das getan haben, **RICHTEN SIE DANN ZUKÜNFTIG SÄMTLICHE AUFGABEN, PROJEKTE, PRIORITÄTEN UND ENTSCHEIDUNGEN NACH DIESEM GRÖßEREN BILD, NACH DIESER LEBENSVISION AUS.**

Extrem produktive Menschen haben den **DRANG LOSGELASSEN, ALLES MACHEN ZU MÜSSEN.** Sie wissen, dass sie zu **VIELEN DINGEN**, auch wenn sie vielleicht interessant erscheinen mögen, dennoch **NEIN SAGEN MÜSSEN, UM STATTDESSEN JA ZU DEN DINGEN SAGEN ZU KÖNNEN, DIE FÜR SIE UND IHRE LEBENSVISION WIRKLICH WICHTIG SIND.**

Wie ist es bei dir:

- **Stellst du immer die wichtigsten Aufgaben an erster Stelle?**

Und das **gilt jetzt nicht nur für die grossen Prioritäten in deinem Leben.**

- Also deine Familie.
- Deine Freunde.
- Deine Gesundheit.
- Deine Arbeit.
- Und so weiter.

Sondern das **gilt jetzt konkret auch für die kleinen Aufgaben und Projekte und ToDos, an denen du tagtäglich arbeitest.**

Wie ist das bei dir:

- **Stellst du die wichtigsten Aufgaben und ToDos immer an die erste Stelle und arbeitest diese auch konsequent ab?**
- **Oder bist du jemand, der ganz gerne mal Sachen aufschiebt und Zeit vergeudet?**

Die fünfte Gewohnheit extrem produktiver Menschen lautet:

5) SIE SIND FRÜHAUFSTEHER.



Nicht um sonst heisst es ja:

- **DAS DER FRÜHE VOGEL DEN WURM FÄNGT.**

Und ich weiss auch, dass es an dieser Stelle eine Menge Leute gibt, die bei diesem Thema anfangen zu diskutieren:

- Das man den natürlichen Biorhythmus seines Körpers respektieren soll.
- Das es nun mal Leute gibt, die nicht dazu gemacht sind, früh aufzustehen.
- Und so weiter. Und so weiter.

In meinen Augen sind das **alles nur Ausreden.**

- **JEDER, DER SCHON MAL FREIWILLIG, UND MIT VOLLER ABSICHT, EXTRA FRÜH AUFGESTANDEN IST, ICH REDE HIER JETZT WIRKLICH VON 05:00 UHR BIS 06:00 UHR, DER WEISS, WAS FÜR EINEN UNGLAUBLICHEN PRODUKTIVITÄTSSCHUB DAS EINEM FÜR DEN GESAMTEN TAG GIBT.**

Genau das ist auch der Grund, warum sehr, sehr viele extrem erfolgreiche und produktive Menschen,

- Menschen wie beispielsweise der Milliardär Richard Branson.
- oder Apple CEO Tim Kuck.

bereits sehr früh auf den Beinen sind. Und ich meine wirklich sehr früh.

- Dabei geht es hier bei den Frühaufstehern nicht einfach nur darum den Tag möglichst früh zu starten, sondern ES GEHT VOR ALLEM DARUM, IN WAS FÜR EINEN KÖRPERLICHEN UND MENTALEN ZUSTAND DAS EINEN VERSETZT.

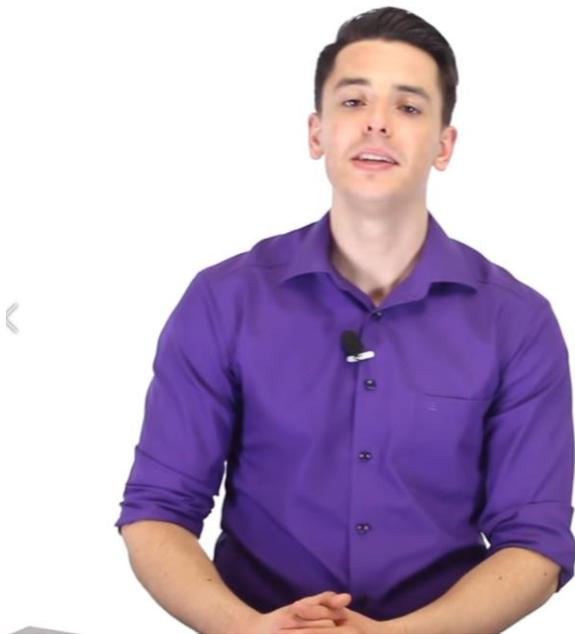
Über das blosse Frühaufstehen hinaus solltest du natürlich auch eine gesunde und produktive Morgen-Routine oder ein Morgen-Ritual aufbauen. Das dann dafür sorgt, dass du den Hebel für eine produktive Performance und einen wirklich erfolgreichen Tag bereits in der Früh ansetzt. So machen es nämlich die extrem erfolgreichen Menschen, und genauso solltest es auch du es tun.

Wenn du etwas Hilfe gebrauchen könntest bei der Umsetzung eines solchen produktiven und gesunden Morgen-Rituales, dann kann ich dir auf jeden Fall unser Premium-Training «ULTIMATE RISER» empfehlen. Da lernst du alles, was du wissen musst, wenn es zum Thema «Frühaufstehen» und «Den Aufbau eines erfolgreichen und gesunden Morgen-Rituales» kommt. Wenn du Interesse daran hast, einfach mal ein Blick reinwerfen!

Die sechste Gewohnheit extrem produktiver Menschen lautet:

12

6) SIE BETREIBEN SINGLETASKING, ANSTATT MULTITASKING.



6. Sie betreiben Singletasking, anstatt Multitasking

Es ist nämlich nachgewiesen, dass **Multitasking ein absoluter Produktivitätskiller** ist, **der deine Leistung um bis zu 40% mindern kann.**

Deshalb ist **extrem produktiven Menschen** klar, dass sie **zu jeder Zeit immer nur an einer einzigen Aufgabe arbeiten dürfen.** Und das so lange, bis sie fertig ist.

Das sorgt dafür, dass einfach **die Konzentration deutlich gesteigert** ist, **der Fokus gestärkt** ist, sie **mehr Energie haben**, und gleichzeitig auch **das Stress-Level gesenkt** ist. Was letztendlich **zu schnelleren und besseren Ergebnissen führt.**

Und dabei geht es bei dieser Gewohnheit nicht einfach um punktuell Multitasking, also nicht einfach nur darum, dass du nicht versuchen solltest, eine E-Mail zu schreiben, während du am Telefon klebst, und nebenbei auch noch versuchst ein Kaffee zu kochen.

Nein es geht hier **vor allem** auch darum, dass du **nicht** versuchen solltest, **parallel an wichtigen Projekten, und Aufgaben, und Prioritäten zu arbeiten.**

- Hör endlich auf, deine Energie, und dein Fokus auf 10'000 Sachen gleichzeitig zu zerstreuen!!!
- Hör auf zig verschiedene Baustellen aufzumachen und dann mit ihnen zu arbeiten, und zu versuchen 10 Projekte gleichzeitig zu stämmen!!!
- Und **ENTSCHEIDE DICH** endlich **FÜR EINE EINZIGE SACHE** und **WIDME DIESER SACHE DEINE VOLLE AUFMERKSAMKEIT!!!**



Hier klicken:
**Zu Teil 2
des Videos**



OK, und das war es auch schon die ersten sechs von insgesamt zwölf Gewohnheiten extrem produktiver Menschen. Und wenn du die restlichen sechs Gewohnheiten noch sehen möchtest, dann habe ich das ganze in ein zweites Video gepackt.

Sie dir auch auf jeden Fall dieses **zweite Video** an, wenn du die **restlichen sechs Gewohnheiten extrem produktiver Menschen** kennen lernen, und auch in deinem Leben installieren, und davon profitieren möchtest.

Und vergiss natürlich nicht, diesem Video ein «Daumen hoch» zu geben. Wenn's dir gefallen haben sollte, würde mich riesig freuen. Und natürlich auch, wenn du unseren Kanal abonnierst.

Wir posten hier regelmässig Videos:

- *Dazu, wie du mehr aus dir machst.*
- *Wie du produktiver Arbeiten kannst.*
- *Wie du glücklicher wirst.*
- *Und wie du einfach ein aussergewöhnliches Leben für dich kreierst.*

Ich bin Alex Bellon. Und ich bin der Mitbegründer von FlowFinder und von getProductiv. Das sind unsere beiden Projekte, von meinem Bruder und mir.

FlowFinder.de und getProductive.de

Check diese beiden Sachen auf jeden Fall aus, wenn du die Zeit hast. Registriere dich dort kostenlos. Und wir senden dir noch nä ganze Menge weiterer cooler Inhalte, und Grafiken, und Artikel, und Videos zu.

Also, klick auf den Link, und wir sehen uns im zweiten Teil dieses Videos wieder.

UNSER VIDEO-KURS FÜR
FRÜHAUFSTEHER:



FÜR REGELMÄRIG NEUE VIDEOS:
ABONNIEREN

VERDOPPLE DEINE PRODUKTIVITÄT:
GETPRODUCTIVE.DE

LIKE UNS



<  **getProductive** >

< www.getproductive.de >
