

Die Nr. 1 Erfolgsfähigkeit, über die nie jemand spricht

1



Was würdest du sagen, ist die Nummer 1 Fähigkeit, die es heutzutage braucht, um erfolgreich zu sein?

Und mit erfolgreich sein meine ich jetzt nicht dieses oberflächliche berühmt, beliebt und reich sein. Sondern mir geht's hier wirklich um dieses Vermögen, ein sich selbst gesetztes Ziel auch tatsächlich zu erreichen. Die Antwort auf diese Frage wird dich möglicherweise überraschen. Denn ich glaube, dass du dir dessen noch gar nicht so richtig bewusst warst, obwohl es im Grunde eigentlich sehr offensichtlich ist, wenn man erst einmal das erkannt und begriffen hat, was ich dir hier in diesem Video vorstellen werde.

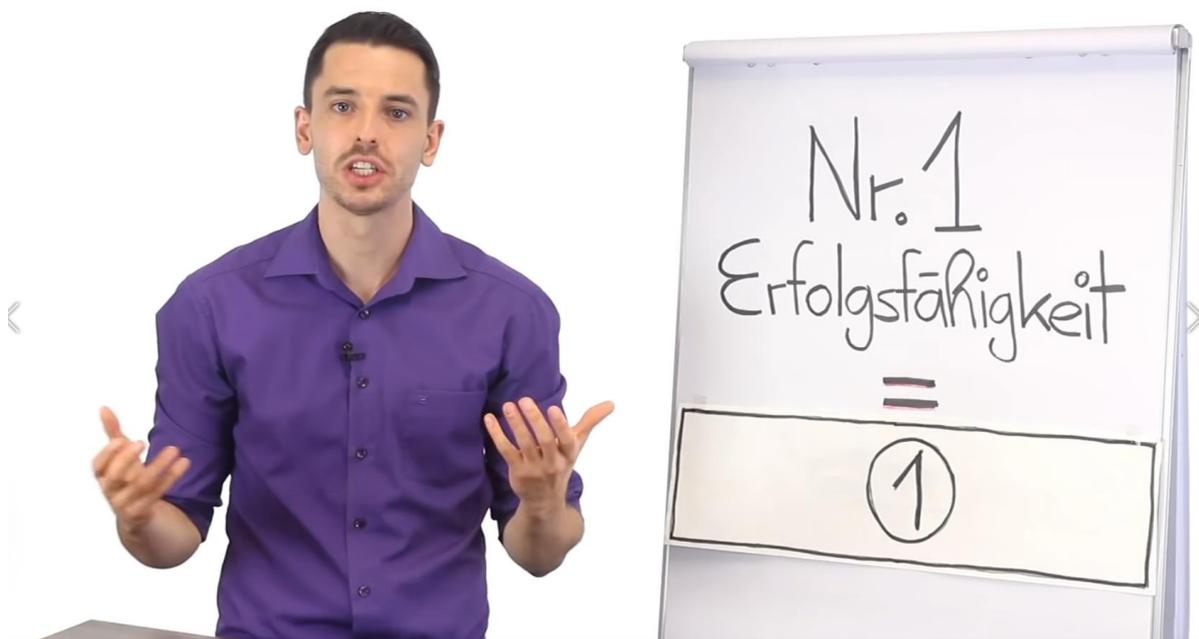


FlowFinder[®]

Hey FlowFinder.

Und willkommen zu diesem Video.

In dem wir uns mal etwas genauer darüber unterhalten werden, was den genau die Nummer 1 Fähigkeit ist, die du unbedingt gemeistert haben solltest. Eine Fähigkeit, die nebenbei gesagt die allermeisten Menschen heutzutage sogar immer mehr und mehr verloren geht, um deine Ziele zu erreichen. Und dabei ist es im Grunde ganz gleich, ob es jetzt ein **körperliches** beziehungsweise ein **gesundheitliches Ziel** ist, wie beispielsweise ein **paar Kilo abzunehmen**, oder vielleicht mal einen **Marathon zu absolvieren**, wenn das ganz auf deiner **Bucket-List** stehen soll. Oder ob es sich um ein finanzielles Ziel handelt, zum Beispiel ein unternehmerisches Projekt zu starten, und daraus ein gewinnbringendes, ein profitables Geschäft für sich, also ein Business aufzubauen. Sowie mein Bruder Eugen und ich bereits mehrfach für uns gemacht haben.



- Was würdest du jetzt spontan antworten, wenn ich dich frage: Was denn die Nummer 1 Fähigkeit ist, die man für so etwas braucht?

Antwort Mario Fratton: Gutes Zeit- und Selbstmanagement.

- Ist es vielleicht Selbstbewusstsein?

- **Motivation?**
- **Ist es sich Ziele setzen, diese niederschreiben, und das ganze dann richtig stark zu visualisieren?**
- **Ist es Willenskraft?**
- **Ist es Disziplin?**
- **Oder vielleicht auch etwas ganz anderes, vielleicht so etwas wie Meditation oder Achtsamkeit?**

Das sind ja alles so typische Begriffe, typische Schlagworte, auf die man sehr schnell trifft, wenn man erstmal beginnt, sich mit dem Thema Persönlichkeitsentwicklung und Erfolgs-Mindset näher zu befassen.

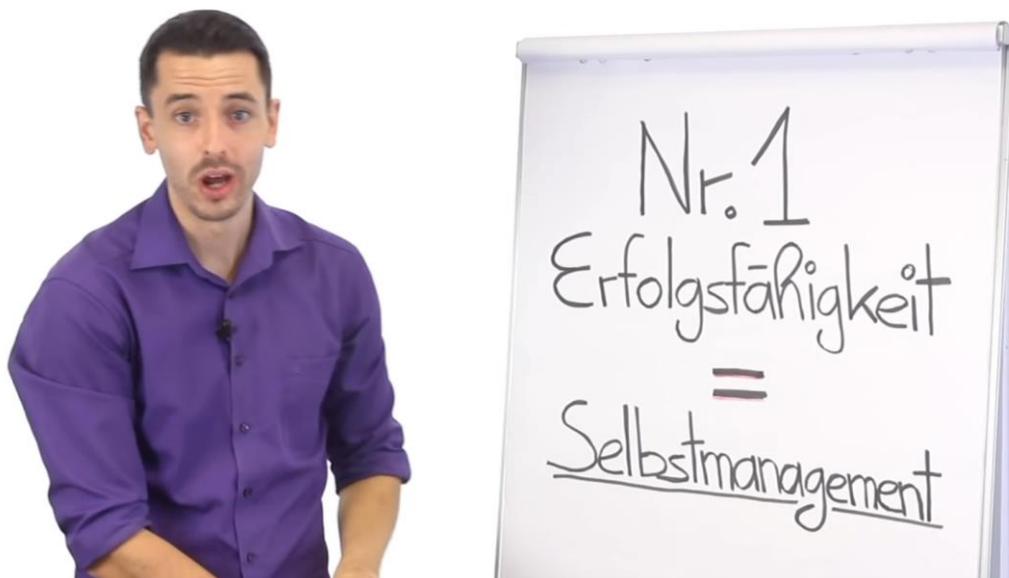
Und auch wenn all diese Dinge super wichtig sind, **so gibt es in unseren Augen dennoch eine Sache, eine Fähigkeit, die absolut kritisch ist, über die aber nie jemand redet. Die nie so wirklich vorgestellt wird, die aber die absolute Grundlage für Erfolg und Fortschritt im Leben bildet.**

Und ich will dich hier jetzt auch gar nicht länger auf die Folter spannen. Und das grosse Geheimnis lüften.

- **Bereit?**

Die Rede ist hier von **«Selbstmanagement»**.

Oder genauer gesagt: **Von Zeit- und Selbstmanagement.**



Das ist heutzutage die **Nummer 1 Fähigkeit**, die es braucht, um **erfolgreich zu sein, und seine Ziele zu erreichen.**

Lass mich dir jetzt kurz erklären:

- **Warum das so ist?**
- **Warum das Ganze in Zukunft sogar sehr wahrscheinlich sogar noch immer mehr und mehr an Bedeutung hinzugewinnen wird?**

Und dann möchte ich dir hier auch noch **zwei wichtige Tipps** beziehungsweise **zwei Gewohnheiten** mit auf den Weg geben, die du bitte **unbedingt zu einem Teil deines Zeit- und Selbstmanagements machen solltest.** Weil das **ganze** einfach auf **Autopilot** deine **Produktivität** und damit **deinem Output massiv steigern** wird.

Beginnen wir hier aber zunächst einmal damit, uns anzusehen:

- **Warum denn Zeit- und Selbstmanagement so überaus wichtig ist?**
- **Und warum denn damit Produktivität, denn das ist ja letztlich das Produkt von gutem Zeit- und Selbstmanagement, eine überaus kritische, und heutzutage sogar extrem seltene Fähigkeit geworden ist?**

Dazu verlink ich dir unterhalb des Videos eine äusserst interessante Studie, beziehungsweise einen Artikel von «Weskiltime», die Daten von über 185 Millionen an Arbeitsstunden ihrer Nutzer ausgewertet haben. Und daraus sich dann eben **sehr interessante, und teils erschreckende Zahlen** heraus kristallisiert haben, wenn es zum **Thema Produktivität und Arbeit** kommt.

Ich werde hier jetzt zwar unmöglich auf alle Zahlen und Fakten aus dieser Studie eingehen können, weil es einfach zu viele sind. Aber ich denke, es reichen schon ein paar aus, um dir überhaupt klar zu machen:

- **Was den das Problem ist?**
- **Und wie das Ganze an Erfolg anknüpft?**

Also schauen wir uns mal die Zahlen an:

Die erste sehr interessante Zahl ist, dass der heutige Durchschnitt an **tatsächlich produktiver Arbeitszeit** bei gerade einmal bei **2 Stunden und 48 Minuten** liegt.

Nochmal: Der **durchschnittliche Wissensarbeiter**; die **durchschnittliche Wissensarbeiterin**, also so **Berufsgruppen** wie insbesondere am **Schreibtisch**, am **PC arbeiten**, sind heutzutage gerade einmal **2 Stunden und 48 Minuten tatsächlich produktiv**. **35 Prozent** ihrer Arbeitszeit sind sie **produktiv**.

Die **restlichen 65 Prozent** gehen für Tätigkeiten drauf, die man ja mehr oder weniger als **Ablenkungen** und **Zeitverschwendungen** betiteln könnte.



Schauen wir uns noch eine weitere sehr interessante Zahl an. Und zwar **21 Prozent der Arbeitszeit geht für Unterhaltung drauf**. Und darunter fällt eben insbesondere **Sozial Media, Facebook, Instagram**, und natürlich auch diese Plattform hier, also **YouTube**. Aber auch sowas wie **Mobile-Gaming** oder irgendwelche **Nachrichten, Apps und Portale**. **Dafür geht 21 Prozent der Arbeitszeit drauf**. Das sind **am Tag mehr als 1 Stunde an Arbeitszeit**. Absolut verrückt.

Aber um hier jetzt mal auf den Punkt zu kommen, um den's mir geht:

Gutes Zeit- und Selbstmanagement, und damit **Produktivität ist**,
ums mal zugespitzt zu formulieren, **am aussterben**.

So schön und gut die **Fortschritte und Entwicklungen der letzten Jahrzehnte** waren. Wie sehr wir sie auch alle lieben. So haben sie dennoch eine **gewisse Schattenseite** an sich, wenn es zum **Thema Zeit- und Selbstmanagement**, und damit zur **Produktivität jedes einzelnen von uns** kommt. Wir alle lassen und so gerne und so schnell von der Arbeit **ablenken**.

Bemerken dabei noch nicht einmal, **wie viel an Produktivität**, und damit **an Fortschritten, Ergebnissen und Erfolgen uns durch die Lappen geht**.

Und genau **aus diesem Grund** ist **gutes Zeit- und Selbstmanagement** beziehungsweise **Produktivität die Nummer 1 Erfolgsfähigkeit**.

Und weil die Welt heutzutage nicht gerade den Anschein macht, dass sie sich bald weniger schnell und weniger hektisch entwickelt, sogar im Gegenteil: **All diese externen Ablenkungen und Zeitverschwendungen drohen nur noch mehr und mehr zu werden**.

Wird auch die Fähigkeit, sich selbst, seine Zeit, seine Aufgaben, und seine Projekte einfach perfekt zu organisieren, und tatsächlich produktiv zu sein immer und immer bedeutender werden.

Und wie ich bereits zu Beginn gesagt hatte, ist es ganz gleich, ob dein **Ziel** es ist:

- Beispielsweise ein **Business** zu starten, und dieses aufzubauen.
- Ein **Marathon** zu absolvieren.
- Oder etwas an **Gewicht** zu verlieren.

In jedem dieser Fälle ist es kritisch, dass du ein gutes Zeit- und Selbstmanagement besitzt.

- Welches es dir beispielsweise ermöglicht, dass du dir mehrmals die Woche etwas Zeit freischaufelst, und so zum laufen kommst, um für den Marathon zu trainieren.
- Oder das du beispielsweise so organisiert bist, dass du dir gesunde Mahlzeiten vorbereitest, und sie mitnimmst. Und nicht wieder einmal auf Fastfood zurückgreifen musst, weil du keine Zeit zum kochen hast.
- Oder du deine Aufgaben und Projekte ganz einfach so gut organisiert hast, dass du zu jeder Zeit weisst, was deine tatsächlichen Prioritäten sind. Wie du damit an den Stellschrauben drehst, die dein Geschäft auch wirklich nach vorne bringen.

OK, ich hoffe, du siehst jetzt, was ich hier einfach meine. Und zwar, dass **Zeit- und Selbstmanagement** sozusagen das **ungeliebte** oder das **unbeliebte Kind von Persönlichkeitsentwicklung** ist, **über das niemand spricht**.

- Weil es zugegebenermassen nicht ganz so hyp und modern und cool ist, wie Meditation oder Achtsamkeit.
- Oder fleissiges in die Hände klatschen bei einem Seminar, und dabei laut «Tschaka» rufen.

Aber die Wahrheit ist nun mal, das Zeit- und Selbstmanagement die mit Abstand fundamentalsten und wichtigste und grösste Stellschraube ist, die du für deinen persönlichen Erfolg überhaupt nur drehen kannst.

Denn um es hier mal etwas verkürzt zu sagen:

- **Wie willst du es den überhaupt schaffen, etwas grosses zu erreichen, oder dein Ding durchzuziehen, so ein klassischer Spruch, der ja gerne verwendet wird, wenn du es doch nicht einmal schaffst, frühmorgens aus dem Bett zu kommen?**
- **Oder nicht 56-mal am Tag dein WhatsApp zu checken?**

Und das ist jetzt nicht etwa eine Zahl, die ich mir ausgedacht habe, sondern das ist tatsächlich **der Durchschnitt**:

- **Wie oft die Deutschen am Tag ihr SmartPhone überprüfen?**
- **Und wieviel Ablenkung und Unproduktivität sich dahinter verbirgt?** Das kannst du dir wahrscheinlich selbst ausmalen.

Lass mich dir jetzt kurz die zwei versprochenen Bausteine beziehungsweise **Gewohnheiten** mitgeben, die du unbedingt in deinem Leben aufbauen solltest, um damit dein Zeit- und Selbstmanagement und so letztlich deine Produktivität zu upgraden.

Aber eine wichtige Sache vorweg. Diese zwei **Gewohnheiten** sind so wichtig und ähm es gibt so viel interessantes darüber zu erzählen, dass ich das alles einfach unmöglich in diesem Video thematisieren kann. Deshalb möchte ich dir hier gerne unsere absolut kostenfreie und unverbindliche Online-Schulung ans Herz legen, die wir drüben bei «Doppel-Produktiv» in regelmässigen Abständen abhalten.

- *«Doppel-Produktiv» ist die Firma, die wir vor nicht all zu langer Zeit gegründet haben, in der wir primär Unternehmen und ihre Mitarbeiter dazu schulen, durch besseres Zeit- und Selbstmanagement eben ihre Produktivität und ihre gesamte Performance zu steigern.*

Der Link zu dieser kostenfreien, und zirka 60 minütigen Online-Schulung werde ich dir natürlich ebenfalls unterhalb der Videobeschreibung packen.

Aber jetzt erstmal zu den zwei Gewohnheiten:

Nummer 1 ist das, was wir bei «Doppel-Produktiv» als «**Arbeitenden Fokusblocks**» bezeichnen.



Hierzu gebe es wie gesagt viel zu erzählen, aber um's mal kurz zu machen:

- Um deine **Produktivität** zu steigern.
- Und deine **Performance** an deinem Arbeitsplatz anzuheben.

Ist es wichtig, dass du beginnst:

In kurzen, dafür aber hochkonzentrierten Arbeitsintervallen, wir nennen das ganze eben **Fokusblocks, zu arbeiten**. Anstatt das dein **Arbeitsalltag** mehr einem **nicht enden wollenden Marathon** gleicht, bei dem du dich aber in **Wahrheit hier und da ablenken** und **unterbrechen** lässt.

Und die zweite überaus wichtige Gewohnheit ist das **Morgenritual**.

10



Bei dieser Idee geht es darum, **dass du dich**, und insbesondere **deinen Körper bereits in der Früh richtig aktivierst, und ihn dann eben für eine echte Highperformance für den Tag ausrichtest.**

- **Wie genau das Ganze dann abläuft?**
- **Wie das aussieht?**
- **Und insbesondere auch, wie du das alles zu einer festen Gewohnheit in deinem Leben machst, die dann schon sehr bald beginnt, automatisch abzulaufen, und dich in deiner Produktivität zu unterstützen?**

Das erfährst du dann alles in der soeben genannten Online-Schulung, die wir bei «Doppelt Produktiv» absolut kostenfrei für dich anbieten.

Wenn du jetzt also Lust haben solltest, tiefer in diese gesamte Thematik einzusteigen, und zu erfahren:

Wie du deine tägliche Produktivität durch ein modernes, durch ein besseres Zeit- und Selbstmanagement steigern kannst. Und so letztlich die Nummer 1 Erfolgsfähigkeit aufbaust, **dann klicke jetzt einfach hier www.2xproduktiv.de** und sichere dir deinen Platz für dieses Training.



Ansonsten gilt hier wie immer.

Mein Name ist Alex von FlowFinder.

Ich danke für's zusehen.

Und ich hoffe wie sehen uns im nächsten Video wieder.

Bis dahin.

Nutze dein Potential!!!