

## Selbstdisziplin – Mit Biss zum Erfolg

*Ziele zu erreichen gilt generell als Schlüssel zum Erfolg. Doch der Weg dorthin verläuft leider nur selten wie geplant und stellt sämtliche Beteiligten immer wieder auf die Probe. Durchhaltewille, gepaart mit der Konzentration auf das Wesentliche, ist zur erfolgreichen Zielerreichung unerlässlich. Selbstdisziplin sorgt dafür, trotz Widerständen und Unannehmlichkeiten fokussiert voranzuschreiten und allenfalls sogar zum Vorbild für die gesamte Belegschaft zu werden.*

### 1 Wofür benötigt man Selbstdisziplin?

Wer mit etwas Neuem beginnt, wird mitunter von Selbstzweifeln heimgesucht. Instinktiv hinterfragt man, ob die Entscheidung richtig war, und gern fällt man zurück in alte Denkmuster. Sobald sich die ersten Anzeichen einer nicht geplanten Veränderung bemerkbar machen, wird man unsicher. Dabei ist es normal, dass sich Wege, welche ursprünglich als begehbar eingestuft wurden, plötzlich als Sackgassen erweisen. Es ist völlig normal, dass der Weg zum Ziel nicht so verläuft, wie ursprünglich angedacht. Und genau in solchen Situationen sind Sie auf Ihre Selbstdisziplin und Ihren Durchhaltewillen angewiesen. Anfangen kann jeder, durchhalten und dranbleiben ist wesentlich schwieriger.

Wer mit Herzblut Unternehmer ist oder unternehmerisch denkt, lebt geradezu vor, was es heisst, an einer Idee festzuhalten und bedingungslos ein Ziel zu verfolgen. Richtig vorgelebt, steigern Sie Ihre Reputation und Vertrauenswürdigkeit immens. Sich trotz unruhigen Gewässern nicht aus der Bahn werfen zu lassen, hat Vorbildcharakter. Jeder Schritt in Richtung Ziel macht einen, ja das gesamte Team, noch stärker, noch zuversichtlicher und setzt eine positive Wirkungskette in Gang.

### 2 Was ist das Gegenteil von Selbstdisziplin?

Keine freie Minute verschwenden und konzentriert voranschreiten muss die Devise sein. Dies gelingt nur mit Willenskraft und Begeisterung für die Sache. Die Kehrseite konzentrierten Voranschreitens und effektiven Arbeitens ist Disziplinmangel und Inkompetenz. Eine typische Folge davon, und in der KMU-Welt leider weit verbreitet, sind Bürokratie und Überwachungswahn. Disziplinmangel bedeutet in letzter Instanz, dass die falschen Leute im Boot sind. Mit den richtigen Leuten und der richtigen Einstellung braucht es keine Bürokratie.

### 3 Wie fördere ich Selbstdisziplin?

Um sich in Selbstdisziplin zu schulen, bedarf es keines vertieften Studiums. Natürlich gibt es diesbezüglich spannende Literatur, welche auch durchaus lesenswert ist. Im Kern geht es jedoch um die Konzentration auf das Wesentliche. Es geht um die anhaltende Ausrichtung auf ein bestimmtes Ziel, und zwar so lange, bis Mittel und Wege gefunden und erfolgreich umgesetzt sind. Wer bei den kleinsten Problemen bereits die Flinte ins Korn wirft, ist noch weit weg von Selbstdisziplin, wie sie hier verstanden wird.

Ganz schlimm in Bezug auf hohe Selbstdisziplin und erfolgsversprechende Zielerreichung sind die sogenannten „Anreisser“. Ich nenne all jene so, die Aufgaben oder ganze Projekte anreissen, sie jedoch nicht oder nur halb zu Ende bringen. Die vollumfängliche Wertschöpfung liegt im kompletten Abschliessen von Tätigkeiten. Nur Anreissen ist pures Gift für die Effektivität eines Unterneh-

mens und führt nicht nur zu zahlreichen offenen Pendenzen, sondern auch zu Unsicherheit, Überforderung und Orientierungslosigkeit. Prioritäten setzen und komplett durchziehen heisst die Zauberformel.

### 4 Was gilt es zu beachten? Tipps?

Unbeirrtes Voranschreiten trägt zum Aufbau einer Unternehmenskultur bei, in der disziplinierte Mitarbeiter diszipliniert handeln. Dieses disziplinierte Handeln muss zur Gewohnheit werden und Gewohnheiten entstehen bekanntlich nur, indem man etwas konstant wiederholt und vorlebt. Wem es gelingt, eine solche Kultur in seinem Betrieb zu etablieren und sich somit mit Menschen umgibt, welche gleich denken und handeln und aktiv zur Zielerreichung beitragen, für den wird 1+1 tatsächlich bald mehr als 2 ergeben.

Zur Selbstdisziplin gehört es, schwierige Aufgaben nicht x-mal beiseite zu legen und sich Schönerem zu widmen. Jeder von uns hat Dinge zu erledigen, die einfach sein müssen, und zwar unabhängig davon, ob sie Spass bereiten oder nicht. Es gibt eine Faustregel, die besagt, dass rund 3 Aufgaben pro Tag ca. 90 % von dessen Wertschöpfung ausmachen, leider unabhängig vom Spassfaktor. Folgende Praxistipps können helfen, erste Schritte in Richtung Selbstdisziplin zur Routine zu machen.

1. Planen Sie den Tag schon am Vorabend.
2. Fragen Sie sich, welche Aufgaben am nächsten Tag unbedingt erledigt sein müssen und versetzen Sie sich in die Situation, sie könnten von der Liste nur 3 Aufgaben abarbeiten. Welches wären die wichtigsten?
3. Genau mit jenen 3 Aufgaben beginnen Sie den neuen Tag und starten dabei mit der „schlimmsten“ Aufgabe zuerst. Wenn sie erledigt ist, kann es für den restlichen Tag „nur noch besser werden“.

Ich habe mir angewöhnt, Zeitblöcke für die Erledigung solcher Aufgaben fix in der Agenda einzutragen. Es ist alles eine Frage der Disziplin.

### 5 Wie können wir Sie unterstützen?

Vor allem in länger dauernden Projekten besteht die Gefahr, dass die Energie der Beteiligten irgendwann nachlässt. Geht der Energieverlust dann noch gleichzeitig mit Schwierigkeiten im Projekt oder Unternehmen einher, kann dies letztendlich sogar zum Abbruch eines anfänglich gut geplanten Wandels führen.

Dies ist der Grund, warum wir Grossprojekte in sinnvolle Teilprojekte zerlegen und gleichzeitig dafür sorgen, dass permanent kleinere und grössere Erfolge erzielt werden. Der Mensch liebt den Fortschritt, aber er hasst die Veränderung. Und genau hier liegt in vielen Fällen der Schlüssel für einen erfolgreichen Wandel.

Wir unterstützen Inhaber, Verwaltungsräte und Geschäftsführer bei der Unternehmensentwicklung und Reorganisation. Unsere Kombination aus betriebswirtschaftlichem und psychologischem Fachwissen ermöglicht uns eine gesamtheitliche Beurteilung der individuellen Situation und somit eine massgeschneiderte, nachhaltige Lösungsfindung.

Wir sind Ihr persönlicher Ansprechpartner rund um die täglichen Herausforderungen, sorgen aktiv für die Behebung strategischer, operativer und organisatorischer Problemstellungen und realisieren Ihre Vision gemeinsam mit Ihnen.

Für weitere Infos, Kundenmeinungen oder zusätzliche Fachartikel besuchen Sie doch unsere Homepage: [www.vongunten-partner.ch](http://www.vongunten-partner.ch).

Für ein Erstgespräch, verbunden mit einer Beurteilung der Situation und einem persönlichen Vorschlag bezüglich weiterem Vorgehen stehe ich Ihnen persönlich gerne kostenlos zur Verfügung.

---

von Gunten Executive Partner AG  
Pascal von Gunten  
Böhlstrasse 17  
9300 Wittenbach

[www.vongunten-partner.ch](http://www.vongunten-partner.ch)  
[info@vongunten-partner.ch](mailto:info@vongunten-partner.ch)  
+41 79 755 28 54