

Ziel erreichen mit der 72-Stunden-Regel !



Kennen Sie die 72-Stunden-Regel?

Sie sagt: **Alles, was Sie sich vornehmen, müssen Sie auch innerhalb von 72 Stunden beginnen, sonst sinkt die Chance, dass Sie das Projekt jemals umsetzen, auf 1 Prozent.** Schuld daran ist nicht nur der *innere Schweinehund*, sondern meist mangelnde Entschlossenheit. Denn wer sich einer Sache mit Herzblut und Leidenschaft hingibt, der will damit auch sofort loslegen. Und der erste Schritt ist dabei der Wichtigste. Andernfalls bleibt es nur ein frommer Vorsatz...

Wie reimte schon Erich Kästner: **"Es gibt nichts Gutes, ausser man tut es."** Und das am besten sofort - oder eben binnen 72 Stunden. Denn auch das vereint erfolgreiche Menschen - sie halten den Graben zwischen Entschluss und Erledigung sehr schmal.

Haben Sie sich in der Vergangenheit auch schon öfter etwas vorgenommen und bis heute nicht realisiert? Konnten Sie bei anderen beobachten, dass sie von einer Idee Feuer und Flamme waren, aber bis heute nichts unternommen haben? Geht es Ihnen auch so? **Die Realisierungswahrscheinlichkeit aller Vorhaben, die nicht innerhalb von 72 Stunden begonnen werden, sinkt um 99%.**

Wenn Sie wirklich die ernste Absicht haben, etwas zu ändern oder ein konkretes Ziel zu erreichen, sollten Sie sofort den ersten Schritt unternehmen. Mit jeder Stunde, die Sie ungenutzt verstreichen lassen, sinken ihre Erfolgsaussichten! Sie müssen die Umsetzung nicht innerhalb der 72 Stunden abgeschlossen haben, aber sie sollten zumindest mit einem ersten Schritt beginnen damit die Aussichten auf Erfolg klar steigen.

Befolgen Sie die Regel und Sie werden überrascht sein wie viele Vorsätze sich verwirklichen lassen. Anwenden lässt sich diese Regel für Vorhaben in allen Bereichen Ihres Lebens!

Folgende Kriterien braucht es um erfolgreich zu sein:

- **Leidenschaft, Begeisterung und Durchhaltevermögen**
- **Entschlossenheit, Mut und Willensstärke**
- Klare Zieldefinierung / Smart-Modell (spezifisch, messbar, attraktiv, realistisch, terminiert)

Als erfahrener Coach helfe ich Ihnen Ihre Ziele zu erreichen!

Anita Mani