

Selbstorganisation Teil 1

Selbstorganisation – Ich und mein tägliches Chaos.

Zwei Kernwerte in unserem Leben: nämlich das „Selbst“ und die „Organisation“. Ich – und irgendeine Struktur, die am Ende des Tages hoffentlich etwas Sinnvolles hervorbringt. Damit einerseits ich zufrieden bin und andererseits meine Aufträge erledigt habe. Selbstorganisation heißt ja: Ich muss etwas für mich machen, damit ich mit den anderen auch gut auskommen kann.

Mein Name ist Martin Sattelberger. Ich bin Psychologe, Trainer und Begleiter von Entwicklungen und Veränderungen – in Organisationen und bei Menschen. Ich versuche seit mehr als 20 Jahren, Menschen ein paar Prinzipien von Selbstorganisation näherzubringen. Die Zielsetzung ist dabei immer gleich: Nicht ich muss mich dem System unterordnen, sondern ich muss mir ein System zurechtlegen, das für mich hilfreich ist. Also ein Hilfsmittel finden – auch wenn ich vielleicht ein wenig „verhaltenskreativ“, sprich chaotisch, in meiner Organisation bin.

Der Wunsch ist oft, alles möge sich doch von selbst organisieren. Und so eigenartig das klingt – das tut es auch. Aber auch wenn man nichts tut, es tut sich ja etwas. Nur eben nicht in meinem Sinne. Ganz klar: Ohne Organisation keine Organisation. Wenn ich nicht plane, wird es ungeplant. Das heißt nicht, dass es nicht gut wird – aber eben anders, als wenn ich mir manchmal kurz überlege, wie es werden soll.

Das sind die Ziele für diesen Kurs:

Du baust dir dein Selbstorganisationskonzept selbst auf. Nicht: Was muss ich?, sondern: Was will ich? Und wer sagt „gar nichts“ – also gar nichts will ich in diesem Bereich –, der sollte auch diesen Kurs nicht kaufen.

Du wirst Bekanntes wiederhören. Nicht alles wird neu sein, aber es ist gut, wenn man das, was man schon einmal gehört hat, vielleicht wieder hört. Du wirst dir Zeit zum Nachdenken nehmen müssen – und auch zum Reflektieren: Was tue ich, wenn ich tue? Also dir selbst Zeit für das Prinzip Selbstorganisation einfach auch nehmen.

Du wirst praktische Tipps und Tricks erhalten – Wie könnte ich? Wie sollte ich? Kurz, knackig – und doch wirst du ein wenig ausprobieren müssen. Eben: Zwei Minuten für einen Tagesüberblick erfordern zwei Minuten tatsächlicher Planung.

Entscheide dich jetzt dafür – und gönne dir die Auszeit mit den Inputs von mir zur Entwicklung deiner inneren und äußeren Selbstorganisation.

Selbstorganisation Teil 1 Themenübersicht

Was haben wir uns nun für die ersten vier Module überlegt?

Modul 1: Schriftlichkeit

Dies ist das Modul, das wir euch kostenlos zur Verfügung stellen. Es geht um die Thematik der Schriftlichkeit – warum wir Dinge, die wir zwar im Kopf haben, immer wieder versuchen sollten, aus dem Kopf herauszubringen, um sie wirklich zu sehen und uns festzulegen.

Unser Kopf verändert gerne – und dann müssen wir manchmal sehen, was wir im Kopf gehabt haben, und das mit dem vergleichen, was wir uns tatsächlich vorgenommen haben.

Modul 2: Was, wann, wie zuerst?

Jeder von uns hat eine Vielzahl an Aufgaben zu erledigen, und die Frage ist: Was kommt als Erstes? Das, was mir am meisten Spaß macht? Das, was mir leicht von der Hand geht? Oder Dinge, die wichtig, aber vielleicht unangenehm sind?

Gibt es ein System, mit dem wir Prioritäten unterschiedlich einteilen können? Genau darum geht es in diesem Modul.

Modul 3: Aufschieberitis

Das ist die Fortführung von Modul zwei. Dinge, die tatsächlich unangenehm sind, schieben wir manchmal einfach vor uns her. Die Frage ist: Wie schaffen wir es, diese Dinge anzupacken, anzugehen und zu einer Erledigung zu bringen?

Modul 4: Störungen

In diesem Modul geht es um die Thematik der Störungen. Wie oft störe ich andere – vielleicht auch nur kurz – und wie oft werde ich selbst gestört? Und wann gibt es den Punkt, an dem es mir reicht, an dem ich sage: „Nein, da komme ich nicht weiter – ich mache lieber etwas anderes.“