

Königs **Impulse**

Dezember 2016

Eine Handreichung für Führende und Menschen, die sich entfalten wollen. Die KönigsImpulse dienen der Inspiration, dem Dranbleiben und Innehalten.



*"Du musst nicht Spitze sein, um anzufangen. Aber du musst
anfangen, um Spitze zu sein."* Marc Twain

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ein Paar hat mich dieser Tage nach meinem Vortrag „gelingende Partnerschaft“ angesprochen.

Ihr Anliegen:

Unsere Tochter – sie wohnt nicht mehr zu Hause – schreibt an ihrer Abschlussarbeit. Diese zieht sich hin, unsere Tochter kommt nicht zu Potte, sie wird und wird nicht fertig. Sie liest ihre Fachbücher, bringt aber nichts zu Papier. Was können wir tun? Haben Sie uns eine Empfehlung, wie wir unsere Tochter unterstützen können? Wir fühlen uns hilflos, sie ist schließlich erwachsen und führt ihr eigenes Leben. Aber wir können doch nicht nur zuschauen. . .

König sagt:

Ihre Tochter ist schon ganz schön weit gekommen. Nach dem Abitur hat sie ihr Studium fast abgeschlossen. Schauen Sie auch darauf, wenn Sie an Ihre Tochter denken, in ein Gespräch mit ihr gehen. Wer so viel erreicht hat, wird auch die nächsten Hürden nehmen.

Mein Eindruck ist – unabhängig von Ihrer Tochter: Selbstständiges Arbeiten und Lernen wird zu wenig gelehrt oder die Schüler und Studenten haben es nicht zu ihrer eigenen Sache gemacht. Dabei werden über das Lernen und Arbeiten Techniken eingeschliffen, die ein selbstbestimmtes Leben leichter machen können. Wer gelernt hat, sich selbst zu strukturieren, segelt leichter durch die Unbillen des Lebens und verwirklicht seine Träume.

Doch zu Ihrer Tochter: Sie tut gut daran, sich Ziele zu setzen, sich eine Struktur zu geben.

Bevor es an die Arbeit geht, empfiehlt es sich, zu recherchieren und sich klar zu machen, was eine gute Abschlussarbeit ausmacht, was gefordert wird. In der Regel helfen die Dozenten dabei, das Thema und das Ziel der Arbeit festzulegen. Weitergehende Unterstützung lässt sich auch bei den psychologischen Beratungsstellen holen, die es an jeder Hochschule gibt.

Dann liegt es am Studierenden, sein persönliches Ziel festzulegen:

- Die Arbeit soll einen Umfang von xx Seiten haben, davon xx Seiten Einleitung, Hauptstück, Fazit etc.
- Inhaltlich soll die Arbeit... umfassen.

Das bedeutet dann folgender Ablauf, den ich empfehle:

- Zu klären ist, wie viele Seiten in der Zeit, die zur Verfügung steht, zu schreiben sind. Grob gliedern, in welchen Etappen was fertig sein soll. Wichtig dabei: Puffer einplanen, denn es kommt immer etwas Unvorhergesehenes dazwischen.
- Eine Art Stundenplan, Wochenplan erleichtert es, den Tag zu gliedern und zu nutzen. Neben den Arbeitsphasen sind auch Freizeitphasen festzulegen. Es empfiehlt sich, gleichermaßen zu definieren, wann welche Tätigkeiten absolviert werden sollen (also beispielsweise vormittags schreiben, nachmittags Quellenstudium, Internetrecherche) wie auch, welche Freuden in der Freizeit folgen sollen (Joggen, Sauna, mit Freunden ausgehen oder Kürbissuppe kochen). Es schafft sich leichter, wenn klar ist, was im Anschluss lockt.
- Notwendig ist es, zu wissen, was es bedeutet, eine wissenschaftliche Arbeit zu erstellen: zum Beispiel Aussagen belegen. Nur lesen, ohne sich Notizen zu machen und gleich die Quellen mit dazu zu vermerken, macht doppelt Arbeit, bringt allenfalls einen ersten Überblick bevor es an die richtige Arbeit geht.

Der Extra-Tipp von Gunter König:

Räumen Sie Ihren Schreibtisch auf, gestalten Sie Ihren Arbeitsplatz schön. So, dass Sie gerne die Zeit dort verbringen. Etwa mit einer besonderen Blume, mit einem schönen Bild. Gönnen Sie sich eine ansprechende Teekanne samt Tasse, mit der Sie Ihre Arbeitsstunden gerne teilen. Stellen Sie eine große Vase mit Holzkugeln, Murmeln oder kleinen Weihnachtskugeln in Sichtweite auf den Tisch oder ans Fenster. Nach jeder Arbeitsviertelstunde legen Sie eine Kugel in eine daneben stehende

andere große Vase/Schale. Anerkennen Sie sich mit Strahlen: Schon wieder was geschafft!

Legen Sie die Kugeln am Abend mit Dankbarkeit und Anerkennung für sich selbst wieder in die Ursprungsvase zurück.

Liebe Leserinnen und Leser,

Ich wünsche gutes Gelingen beim Dranbleiben an der Umsetzung Ihrer Arbeiten. Und wenn ich einen Beitrag dazu leisten darf - Sie wissen ja: Ich freue mich auf ein Gespräch.

Herzlich grüßt mit Freude

Ihr Gunter König

Gunter König, Dipl. Psychologe

KönigsCoaching mit S.A.L.Z.

Klosterstraße 11, 74523 Schwäbisch Hall

Tel.: 07 91 - 85 70 00 | Fax: 07 91 - 85 70 02



Mit Freude weise ich auf den Start der nächsten Fortbildung zum INSZENARIO-Coach hin: 26.04.2017 Wünschen Sie Informationen?

Copyright © *2016* *KönigsCoaching mit S.A.L.Z., Gunter König*, All rights reserved.

Unsere E-Mailadresse:

Koenig@Gunter-Koenig.de

Impressum:

www.gunter-koenig.de/kontakt/

Weiterempfehlung

Gerne dürfen Sie die KönigsImpulse an Interessierte und Freunde weiterleiten.

Copying is right

Ich freue mich über Veröffentlichungen, allerdings bitte ich um eine vorherige Kontaktaufnahme.

Disclaimer

Diese E-Mail, inklusive den Attachements, ist ungeschützt und könnte während der Übermittlung von Dritten eingesehen und verändert werden. Der Absender schließt deshalb jegliche Haftung oder rechtliche Verbindlichkeit für elektronisch versandte Nachrichten aus. Sollten Sie diese Mitteilung irrtümlich erhalten haben, bitten wir Sie, den Absender zu informieren und die Mitteilung in Ihrem System gänzlich zu löschen.

Bitte geben Sie Nachricht, wenn Sie die KönigsImpulse nicht mehr beziehen wollen.

This email was sent to liza_schweikert@web.de

[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)

Gunter König, Dipl.-Psychologe - KönigsCoaching mit S.A.L.Z. · Klosterstraße 11 · Schwäbisch Hall 74523 ·
Germany

MailChimp