



TORSTEN J. KOERTING
THE GAME CHANGER

PODCAST #013 - MASSIVE ACTION INDEX



06. April 2020



WORUM ES IN DIESER FOLGE GEHT ...

Hallo und ein herzliches Willkommen zum Game Changer-Podcast.

Der Podcast für deinen Erfolg mit wirksamen Impulsen, spannenden Inspirationen, erkenntnisreichen Interviews und persönlichen Game Changern, die **DICH** in die **Umsetzung** bringen. Und das Ganze von und mit Torsten Koerting.

In der heutigen Podcast-Folge möchte ich einen Impuls aufnehmen, den ich aus dem letzten LEADERS BASECAMP transformiert habe.

Und zwar geht es mit dem heutigen Impuls darum:

Wie krass, wie stark, wie intensiv bist du in der Lage, in die Umsetzung zu kommen?



TORSTEN J. KOERTING
THE GAME CHANGER

Wie du weißt, stehe ich für Umsetzung. Das habe ich in den letzten Jahren, fast schon Jahrzehnten, nicht nur bei anderen erkannt, sondern auch besonders bei mir. Denn wenn ich hier so in meine Bücherregale schaue, stelle ich fest, dass in den letzten Jahren, und fast schon Jahrzehnten **EINIGES** an Materialien entstanden ist: Bücher, Hörbücher, Kompendien, Arbeitsbücher, Unterlagen für die unterschiedlichsten Workshops und Formate.

Und ich nehme immer wieder selbst an mir wahr, dass ich da krass in die Umsetzung komme und die Dinge einfach gemacht bekomme und in meinen Formaten immer wieder mit Menschen zusammenarbeite, und sie dahin bringen möchte, dass sie in die Umsetzung kommen.

In unserem letzten Format, dem Leaders Basecamp, ein neues Zweitagesformat, was für uns so ein Einstieg ist, um uns mal kennenzulernen und den einen oder anderen Impuls zu teilen, anzunehmen, umzusetzen. In diesem Leaders Basecamp war mein früherer Partner, und jetzt Freund **Oliver Buhr**, mit an Bord und hat einen anderthalb-stündigen Impuls zum Thema **High Performance** gehalten.

Und während dieser anderthalb Stunden hatte er ein Modell angewandt, um Menschen dahingehend zu hinterfragen oder sich selbst hinterfragen zu lassen, wie hoch performant sie denn sind. Und ich habe mir gedacht: Mensch, das Modell ist so krass, das mach ich mir gleich zu eigen und baue es um auf etwas, was ich den **Massive Action Index** nenne, also:

Wie stark bist du in der Lage, in die Umsetzung zu kommen?

In dieser Podcast-Folge möchte ich dir gerne diesen Massive Action Index demaskieren und mit dir mal gemeinsam durchgehen, beziehungsweise einen Impuls mit reingeben für dich, dass du selbst einmal durch diesen Prozess gehst und für dich überprüfst, wie weit du denn in die Umsetzung gehst, und was vielleicht notwendig ist, die nächsten Schritte zu machen.

Dieser Massive Action Index funktioniert so:

Du darfst ihn dir vorstellen wie eine vertikale Linie und auf dieser Linie trägst du zehn Striche auf und diese **zehn Striche** sind wie ein **Indikator**, also wie dieser Index von eins bis zehn. Wie stark fühlst du dich und bist du in der Lage, in die Umsetzung zu kommen?

Und das ist mehr eine Momentaufnahme, weil dieser Index und diese Wahrnehmung sich möglicherweise von Tag zu Tag, von Woche zu Woche oder auch von Monat zu Monat verändern wird. Denn wie stark wir in die Umsetzung kommen, ist wie wir häufig sagen tagesform-abhängig und wird auch von vielen anderen Faktoren beeinflusst. Du darfst für dich dann immer wieder mal noch mal neu justieren oder noch mal hinterfragen, wie es denn heute oder aktuell um deine **Umsetzungspower** bestellt ist.

Wenn du jetzt mal **HEUTE** genau diesen Index für dich einträgst:

Wie fühlst du dich jetzt gerade in diesem Moment?

Wie fühlst du dich bezüglich deiner inneren Kraft, deines Antriebes **JETZT** in die **Umsetzung** zu kommen?



? Ist das eher so eins, zwei, drei, so la la, nee ich hatte schon deutlich bessere Tage und eigentlich bin ich heut **total down** und lass mich runterziehen und bin runtergezogen?

? Oder ist es eher so im **Mittelfeld**, es ist so la la, ja ich könnte grad 'nen guten Moment haben oder auch über den Tag hinweg mal den einen oder anderen, aber so richtig motiviert und so richtig krass in die Umsetzung komme ich aktuell nicht?

? Oder du bist vielleicht **im oberen Drittel**, wo du sagst: Boah ich könnt Bäume ausreißen und mir geht's richtig krass und ich bin der Lage wirklich den nächsten Schritt zu gehen, ein Ergebnis zu erarbeiten, ein Konzept umzusetzen, eine Einladung auszusprechen, ein paar Leute anzurufen, mit denen ich ohnehin schon mal sprechen wollte, einfach etwas zu tun und umzusetzen, was auf dich, was auf deine Ziele und was auf deine Ergebnisse einzahlt?

So und jetzt trage das mal für dich ein. Also trage diese **zehn Striche**, wenn du einen Stift und ein Papier zur Hand hast, auf und mach mal für dich dein Kreuz: Wie fühlst du dich heute, wie fühlst du dich aktuell, wie ist es bei dir bestellt in die Umsetzung zu gehen?

So, nehmen wir mal an, du bist bei einer Sieben.
Dann darfst du dir zwei Fragen stellen:

1) Was treibt dich heute zu der Sieben?

Also was sind die Bereiche, die heute und auch vielleicht in der Vergangenheit dazu geführt haben, dass du dich heute stark fühlst oder dahingehend fühlst, dass es zu einer Sieben geworden ist? Bist du heut frisch aufgestanden? Hast du gut geschlafen? War es vielleicht ein positiver Erfolg, den du heute schon am Tag gehabt hast? Ist es vielleicht, weil du jetzt gerade diesen Podcast hörst und irgendwie in die Energie gekommen bist?

Also was lässt es zu dieser Sieben werden?

Warum frag ich dich das? Wenn du zurückblickst und in die Momente hineinschaust, wo du auch in deiner Kraft warst, wo du umsetzen konntest und in der Lage warst, Ergebnisse zu liefern, gibt es häufig in diesen Momenten ein Muster. Und dieses Muster kannst du dann demaskieren, wenn du in der Lage bist, immer wieder solche Momente zu schaffen und dann zu **demaskieren**, was dazu geführt hat, dass du in deiner Stärke gewesen bist. Dieses Muster ist dann etwas, was du für dich eröffnen kannst, um es in der Zukunft **BEWUSST** dahingehend zu **reflektieren**, dahingehend zu **manifestieren**, dass dieses Muster, welches du aus der Vergangenheit ableitest, in der Zukunft einfach häufiger entsteht.

Heißt konkret: wenn du bei der Sieben aktuell bist, weil es dir gut geht in deiner Beziehung, weil du heute Morgen schon deinen ersten Erfolg hattest, weil du mit dem richtigen Bein aufgestanden bist, du einen gesunden Schlaf hattest, vielleicht heut Morgen schon was getrunken hast und deine Morgenroutine einfach ganz bewusst und auch sehr kraftvoll durchgeführt hast. Was es auch immer gewesen ist, wenn du das als ein **Muster** erkennst, warum machst du das nicht häufiger, so dass du häufiger bei 'ner Sieben oder vielleicht auch noch höher liegst?

Was hat vielleicht dazu geführt, und das ist jetzt die nächste Frage:



2) Was fehlt von der Sieben zur Zehn, beziehungsweise was fehlt von der Sieben um den nächsten Schritt zu tun?

Was ist es, was dich davon abhält, weiter in die Umsetzung zu gehen? Was ist es, was dich davon abhält durchzudrücken, wenn es mal ein bisschen windig wird und dir der Wind ins Gesicht bläst und dich versucht vom Weg abzubringen? Was ist es, dass dir vielleicht dein **Momentum nimmt** und **dich aufhält, den nächsten Schritt** zu gehen? Also was ist es, was zur Acht, zur Neun oder zur Zehn fehlt?

Und das darfst du jetzt auch auf diesen Zettel schreiben, nachdem du validiert hast, was dich zur Sieben gebracht hat oder wo auch immer du dich eingeordnet hast. Und was fehlt für dich, um den nächsten Schritt zu tun? Was sind die Bausteine, die fehlen in deinem State, in deinem Umfeld, in deiner Umsetzungspower, um **JETZT** und vielleicht auch die nächsten Tage oder Wochen, **einen Schritt weiterzukommen?**

Und jetzt schreibt das bitte mal auf. Wenn du das aufgeschrieben hast, dann darfst du dort drauf schauen. Was sind die Bausteine, die dich davon abhalten, **NOCH stärker** in die Umsetzung zu gehen und **NOCH weiter** in den nächsten Schritt zu gehen? Was ist das?

Und wenn du da jetzt drauf schaust, dann **such dir eins von diesen Bausteinen aus**. Nimm dir zum Beispiel ja, mir fehlt ein Ziel. Vielleicht ist es das. Oder ein konkretes Ziel. Oder mich lenken manchmal Sachen ab. Was es auch immer ist, was auf deinem Zettel steht, suche dir bitte eines davon aus.

Und jetzt war das **Spannende**, was Oliver Buhr auch an diesem Tag fazilitiert hat, dass er nämlich mit uns zusammen eine **Partnerübung** gemacht hat, und wir uns gegenseitig genau mit dieser Übung weiterhelfen sollten. Und bei der jetzigen Frage, nachdem du eins ausgesucht hast, wir uns fünfmal die Frage stellen sollten: **WARUM?**

Also nehmen wir mal an, es kommt dabei raus, dass mir manchmal die konkreten Ziele fehlen. So und dann darfst du dich fragen: **WARUM** fehlen dir manchmal die konkreten Ziele?

Dann darfst du sagen, ja mir fallen die zwar immer ein, aber ich schreib die mir nicht auf. Ah okay. **WARUM** fallen die dir nur ein und du schreibst die dir nicht auf?

Hm, weil ich mir nicht die Zeit dazu nehme. Okay, gut. **WARUM** nimmst du dir nicht die Zeit?

Ja, weil ich von anderen Dingen abgelenkt werde. **WARUM** lässt du dich denn von anderen Dingen ablenken?

Ja, weil die Ziele, die ich da mir dann so einfallen, vielleicht nicht wichtig oder nicht groß genug sind oder ich sie mir nicht im Tiefen ausmale und verankere. Ah!
Und **WARUM** malst du dir sie nicht im Tiefen aus und verankerst sie nicht?

Ja, weil vielleicht die Ziele noch nicht von der intrinsischen Motivation angetrieben sind und mir



TORSTEN J. KOERTING
THE GAME CHANGER

die Leidenschaft fehlt, diese Ziele dann auch wirklich umzusetzen. Aha.
Und **WARUM** fehlt dir die Leidenschaft für diese Ziele?

Und dann kommt vielleicht die **ANTWORT:**

Ja, weil ich nicht weiß, ob das, was ich gerade tue, überhaupt das ist, was ich tun will.

Durch diesen Prozess des **fünfmal Warum-Fragens** kommst du, das darfst du jetzt vorstellen wie ein Seerosenteich, von dieser Seerose, die auf dem Teich schwimmt zur Wurzel, das heißt zur eigentlichen Ursache, weil das Symptom, dass du vielleicht die Ziele nicht aufschreibst, ist **nur ein Symptom aber nicht die Ursache.**

Durch das Fragen von fünfmal „Warum“ kommst du in häufigen Fällen zur Ursache. Das kann schon vorher passieren, vielleicht nach dem dritten, vierten Mal oder vielleicht nach dem sechsten, siebten Mal, aber spätestens dann solltest du, wenn du ehrlich zu dir bist, bei der Ursache sein.

Und diese Übung, die hat gerade auch in dem Partnerverhältnis in dem ich an diesem Tag gewesen bin, **Grandioses** hervorgespielt. Und nachdem wir das dann aufgelöst haben, also die Ursache behoben haben, war **auf einmal der Weg frei, den nächsten Schritt zu gehen** auf der Skala, und in diesem Fall, wie wir es hier beschrieben haben, von der Sieben auf die Acht zu kommen.

Also was ist dein Umsetzungsindex, dein Massive Action Index?

Wo stehst du gerade in deiner Umsetzungspower?

Was treibt dich dahin, dort in dieser Umsetzungspower zu sein?

Was macht die Sieben zu einer Sieben? Und was fehlt für den nächsten Schritt? Was fehlt für die Acht? Was fehlt vielleicht für die Neun? Und was ist die Ursache, die wahre Ursache, die dich davon abhält, den nächsten Schritt zu gehen? Und wenn du diesem Prozess folgst und dann die Ursache behebst, dann bist du in der Lage, auf dem Massive Action Index auch den nächsten Schritt zu gehen.

Probiere das einfach mal aus und versuch es mal bei dir.

Wenn du diesen Podcast gerade beim Joggen hörst, beim Autofahren oder in der S-Bahn oder irgendwo anders, dass du genau diese Übung mal mit dir selber machst beziehungsweise mit einem Buddy, mit einem Partner von dir und ihr in den Austausch geht. **Was ist die Ursache dafür, dass ihr dort steht, wo ihr steht und was ist notwendig, um den nächsten Schritt zu erreichen?**

Und ich bin sicher, dass dein Massive Action Index, denn **je häufiger du diese Übung machst und je reflektierter du daran gehst, umso stärker wird er ausgeprägt sein und umso krasser, intensiver und wirksamer wirst du in die Umsetzung gehen.**

Das ist der Podcast dazu.



TORSTEN J. KOERTING
THE GAME CHANGER

Noch mal vielen Dank an Oliver für diesen grandiosen Impuls, den ich mir hiermit zu eigen machen durfte und sicherlich in dem einen oder anderen Workshop auch mal mit **DIR** als Teilnehmer vielleicht demaskieren werde und anwenden werde.

Liebe Grüße.

Vielen Dank. Bis dahin.

Danke fürs Zuhören und bis zur nächsten Folge.

Der Torsten.

Bis dann.

Tschau, Tschau.

Quick Links:

Sichere Dir jetzt ein Ticket für das 2 tägige Event ‚**LEADERS BASECAMP**‘ ... denn ... Leader werden nicht geboren, sie werden gemacht.

Und sicher Dir mit dem Code **PODCAST25** einen Rabatt in Höhe von 25%

www.leaders-basecamp.com

Vereinbare jetzt einen persönlichen **Umsetzungstermin** mit mir ... in dem wir Deine Aktuelle Situation analysieren, betrachten wo Du oder Dein Team hin möchtest, wir können aufzeigen, wie Du dahin kommst, was Dich aktuell davon abhält und was möglicherweise notwendig ist, um Dich einen Schritt weiter zu bringen und damit Du Deine Ziele erreichst.

www.torstenkoerting.com/termin/

Torsten J. Koerting auf Facebook

www.torstenkoerting.com/facebook/

Torsten J. Koerting auf LinkedIn

www.torstenkoerting.com/linkedin/

Torsten J. Koerting auf XING

www.torstenkoerting.com/xing/

Torsten J. Koerting auf Instagram

www.torstenkoerting.com/instagram/

Mehr Infos und alle Folgen des Podcasts findest du hier!

www.torstenkoerting.com/podcast/



TORSTEN J. KOERTING
THE GAME CHANGER

TORSTEN J. KOERTING – THE GAME CHANGER

Torsten J. Koerting ist durch und durch Projektmanager, strategischer Denker, Visionär und Management-Berater – aber auch Paragliding-, Trail-Running- und Outdoor-Enthusiast. Seit mehr als 25 Jahren lebt und denkt er Projektmanagement, hat sich auf komplexe IT-Projekte spezialisiert und bringt Projekte in Schieflage zurück auf Erfolgskurs. Er ist ein bekannter Vordenker und doziert vor MBA-Klassen an diversen internationalen Hochschulen. Darüber hinaus engagiert er sich als Redner auf vielen Konferenzen und hat mehrere Fach- und Sachbücher geschrieben und ist Initiator der www.PM-Powerdays.com und des LEADERS BASECAMP (www.leaders-basecamp.com)



Er versteht sich in seinem Kern als „Host“ – als jemand, der Räume und ein Umfeld schafft, um allen Beteiligten wirksames, zielgerichtetes und nachhaltiges Handeln zu ermöglichen. Seine Leidenschaft ist es, Menschen zu helfen, ihre eigentliche Berufung zu leben. Er unterstützt sie dabei, die für sie relevanten Ziele und Ergebnisse zu erreichen und sowohl beruflich als auch privat auf die nächste Ebene zu gelangen.

Torsten J. Koerting hat Hunderte von Workshops und Speakings im Umfeld Projektmanagement, Strategie und Innovationsberatung sowie zur persönlichen Positionierung gehalten – und dabei abertausende Teilnehmer begeistert, motiviert, bereichert und beflügelt. Er bietet seinen Teilnehmern 100 Prozent neue Ansätze, überraschende Impulse und eine mitreißende Mentalität.

Mehr auf www.TORSTENKOERTING.com