

Hier eine Auswahl der schlechtesten Motivationstipps aller Zeiten, die wir in Zukunft gelassen überlesen dürfen.

Quelle:

<http://www.spiegel.de/gesundheit/ernaehrung/achilles-verse-die-schlechtesten-motivationstipps-a-881530.html>

Spruch 1: You can win if you want.

Verfechter: Modern Talking, Carsten Maschmeyer, Barack Obama

Idee: Jeder kann es schaffen.

Realität: Ich nicht.

Spruch 2: Lebe Deinen Traum.

Verfechter: Angela Merkel, Homer Simpson, Pur

Idee: Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt.

Realität: Die blöde Welt will einfach nicht gehorchen.

Spruch 2: Träume Dein Leben.

Verfechter: Peer Steinbrück, Sylvie van der Vaart, Harald Glööckler

Idee: Realität einfach ausblenden, Realität einfach ausblenden, Realität...

Realität: blendet sich immer wieder ein.

Spruch 3: Niemals aufgeben.

Verfechter: Lothar Matthäus, Lance Armstrong, Sarah Knappig

Idee: Ich bin super, aber die Drecksäcke da draußen wollen mich fertig machen.

Realität: Die Drecksäcke machen mich fertig.

Spruch 4: Rituale schaffen.

Verfechter: Triathlet Timo Bracht, Papst, grüßende Murmeltiere

Idee: Stoisches Wiederholen führt zu neuen Gewohnheiten.

Realität: Stoisches Wiederholen ist saulangweilig.

Spruch 5: Überliste Dich selbst.

Verfechter: Neujahrs-Presse

Idee: Wer mit Laufschuhen ins Bett steigt, muss sich morgens nicht mehr bücken.

Realität: getrockneter Hundekot im Bett.

Spruch 6: Schreibe alle Deine faulen Ausreden auf.

Verfechter: Lebenshilfe-Literatur

Idee: Ausflüchte lesen, verächtlich schnauben, losrennen.

Realität: Konnte leider nicht los, weil ich so lange an der Liste saß.

Spruch 7: Melde Dich für einen Wettbewerb an.

Verfechter: Achim Achilles

Idee: Scheiterpanik treibt zum Training.

Realität: Die Online-Anmeldung für den Marathon hat nicht funktioniert. Dann eben Preisskat.

Spruch 8: Suche Dir einen Sportpartner.

Verfechter: Single-Börsen

Idee: Der Partner wird mich schon antreiben.

Realität: Jeder wartet auf den anderen.

Spruch 9: Belohne Dich.

Verfechter: Walker

Idee: Für jeden Kilometer eine Salami-Pizza mit Bockwurst-Rand.

Realität: Das Bonus-Prinzip ist schon bei der Finanzkrise gescheitert.

Mehr überflüssige, aber auch funktionierende Motivationstipps gibt es auf

<http://www.achim-achilles.de/laufthemen/motivation-laufen-joggen-tipps.html>