

qwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwertyuiopasdfghjklzxcvbnmqwerty **uiopas**dfghj
iopasdf ghj klzxc vbnmqwertyui opasdfghjk
lzxcvbnmqwe rtyuiopasdfghjklzxc vbnmqwer tyuio

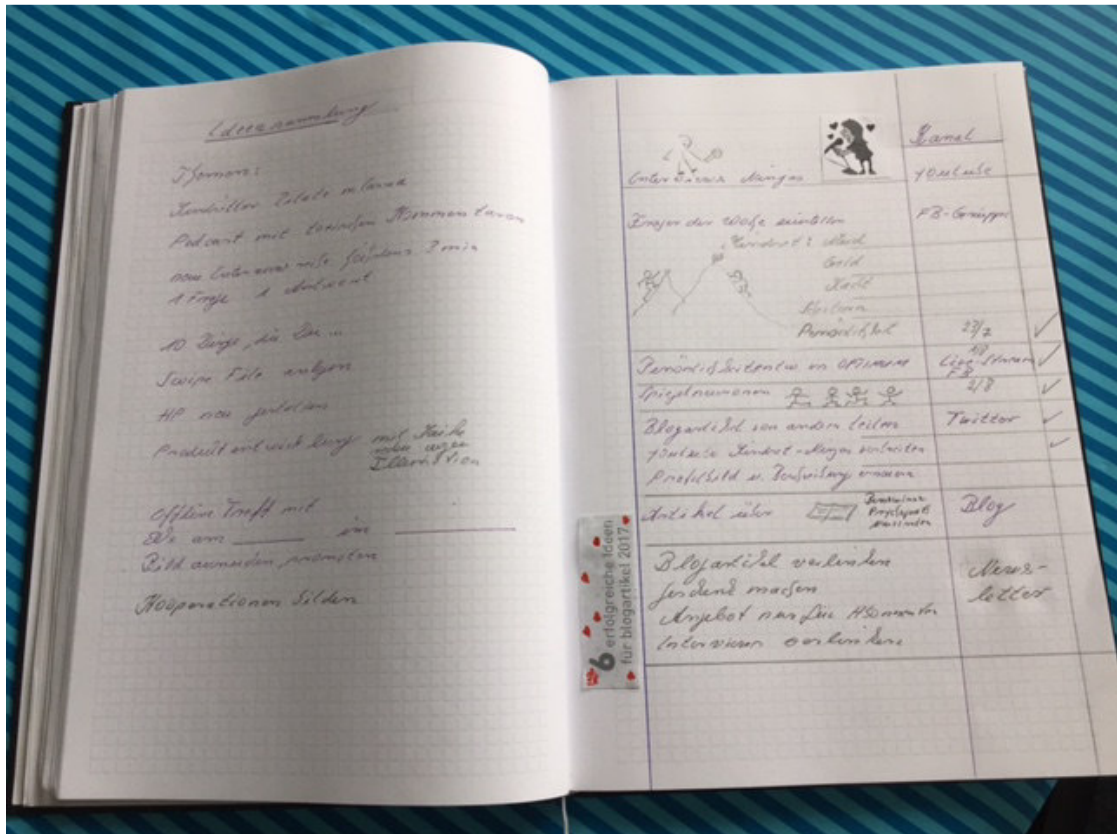
High Potential Book
Anti Nirvana Buch
2017
Dola Elke
Mindset – Ninja



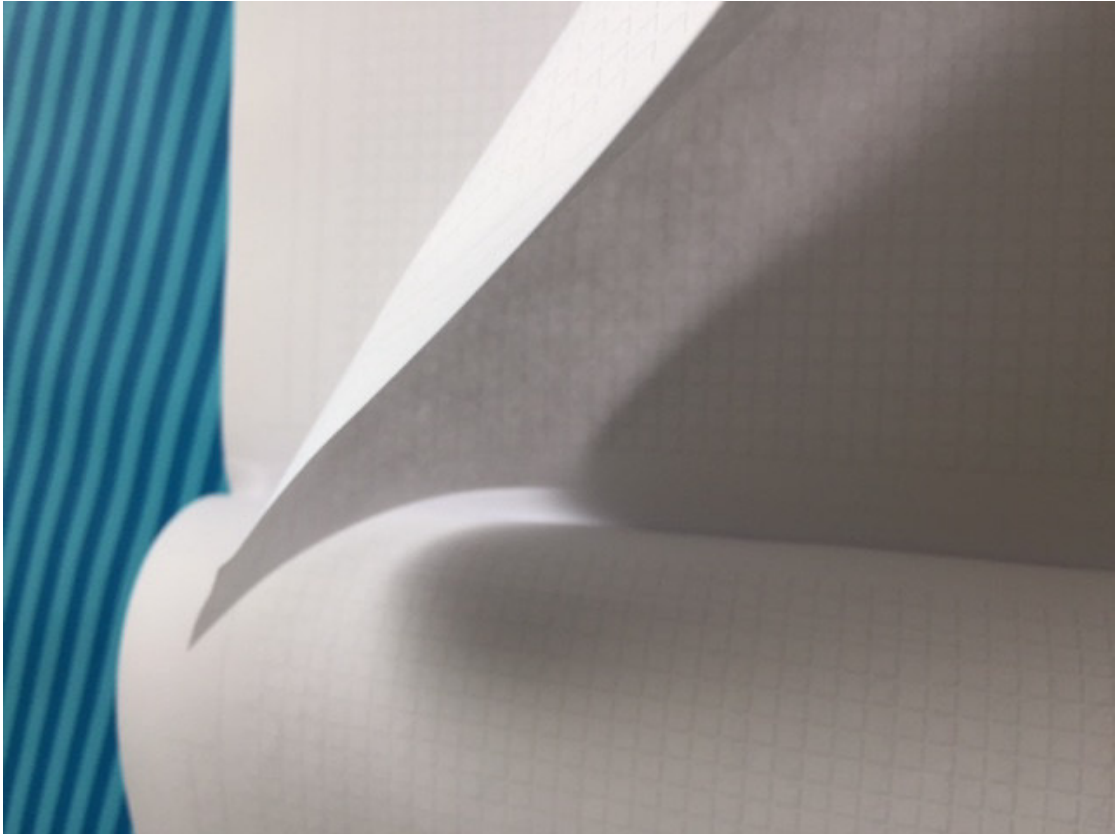
vbnmqwertyuiopasdlzxcvbnfghjk **mqwertyuio** pasdfghj klzxc
vbnmqwertyuio pasdfghjklzxcvbn

Hast Du schon ein Power-Potential-Book

ich zeige Dir hier mal meins...



Es ist ein stabiles gebundenes Buch mit karierten Seiten, jede Seite hat eine längsseitig perforierte Abrisskante, das finde ich besonders wichtig, so kannst Du Ideen sauber heraustrennen und in einen anderen Ordner heften.



Ganz gern nutze ich das Leitz Complete Notizbuch A4 kariert mit festem Einband für ca. 14 Euro.

Was mir in diesen Büchern fehlt, wäre ein breiter Seitenrand, zumindest rechts am Rand.

Auf meinem Foto hat das Buch einen, ist aber auch nicht von Leitz.

Außerdem ziehe ich immer noch eine Minispalte ganz rechts hinzu für das Check-Häkchen.

Das ist für mich die beste Übersicht über das, was ich bereits erledigt habe und vor allem über die Dinge, die noch in der Warteschleife hängen. Das heißt, ich übertrage keine unerledigten Dinge, sondern schaue hin und wieder nach, was noch nicht abgehakt ist und dann staune ich über meine eigenen Ideen ;-). Auf jeden Fall erspare ich mir das tägliche Übertragen und das damit einhergehende Gefühl von,

boah, da hab ich was nicht erledigt.

Die linken Buchseiten benutze ich ausschließlich als Ideensammlung. Ich mag nicht auf der linken Seite schreiben (man, was ich früher zu Hause und in der Schule immer für einen Ärger deshalb bekommen) und schön schreiben kann ich dort schon mal gar nicht, also eignen sich diese Seiten ganz hervorragend zum Reinkritzeln, rumschmieren, Ideen sammeln, wieder verwerfen.

Natürlich male ich auch hin und wieder was hinein, einige Symbole gehen flotter als ausgeschriebene Wörter 😊, hin und wieder wird auch was aufgeklebt.

Innen im Rückendeckel befindet sich noch so eine Art Papptasche, die ist wirklich von Vorteil, wenn Du schnell mal was mitnehmen möchtest um es später in Dein Workbook zu übertragen, bei mir sind das oft Zeitungsartikel, Links, Fotos, Bilder, Notizen. Was ich immer dort verwahre, sind bunte Mini-Post-it's für alle möglichen Denkstützen. Auch ein winzig kleines, biegsames Lineal ist dort immer gut verstaut. Ich mag keine ungeraden Linien, dann male ich lieber Wölkchen.

Da ich kreativ chaotisch bin, schreibe ich auf jede Seite alles, dafür unterteile ich aber in Form von Überschriften: Blog, Podcast, Newsletter usw. Weder eignet es sich für mich, für jedes Genre ein eigenes Buch anzulegen, noch eignet sich das Unterteilen des Buches für mich. Also in verschiedene Gruppen, wie Facebook, Podcast, Blog usw. Es macht einfach auch immer wieder Spaß durch das Buch zu blättern und schon fließen die kreativen Gedanken wieder.

Damit das Buch lange hübsch aussieht, benutze ich die FRIXION ball Stifte, das sind Gelschreiber aber... sie haben oben eine Art Gummiball, damit kannst Du das Geschriebene einfach wieder ausradieren, völlig genial diese Stifte und es gibt sie in allen Farben, sie schmieren nicht und trocknen sofort. Hast Du Dich verschrieben, Stift umdrehen-radieren, fertig.



Radierer

<https://www.amazon.de/PILOT-Tintenroller-FRIXION-BALL-BASIC/dp/B003A2FPW8>

Im Schreibwarenhandel gibt es außerdem Stiftlaschen zum Einkleben in Notizhefte.



<https://www.amazon.de/Leuchtturm1917-304637-Stiftschlaufe-elastische-selbstklebend/dp/B002CWMAPW>

So ist Dein Stift immer griffbereit, ich hab zwei Laschen eingeklebt, weil ich immer gerne etwas hervorhebe oder beim Überlegen gern was ausmale oder Miniaturzeichnungen anlege.

Eine kleine Legende habe ich mir die Innenseite des stabilen Deckels geschrieben. Ich benutze gern meine eigenen Abkürzungen, wie z.B. BA für Blogartikel, Poca für Podcast usw.

Die beiden vorletzten Seiten eines jeden Buchs nutze ich für meine Leidenschaft, ich sammle nämlich Wörter. Manchmal verstehe ich ein Wort nicht richtig und so meinte ich letztens gehört zu haben, jemand habe „Chefzäpfchen“ gesagt.

Ob es so war, weiß ich nicht aber ich habe es sofort notiert, weil es für mich die perfekte Bezeichnung für einen Schleimer, einen Jackenzieher, einen A..Kriecher ist und sich einfach viel besser anhört. Wenn ich mal überhaupt keine Idee habe, dann lese ich mir diese Sammlung durch und meist ergibt sich daraus ein Artikel, eine Frage oder auch mal ein Podcast.

Fast immer habe ich dieses Buch dabei, mir fehlt richtig was, wenn es mal nicht mit kann, weil die Tasche zu klein ist, das Buch zu unhandlich aber dann nutze ich die Technik und fotografiere bestimmte Seiten 😊

Dann notiere ich eben in der Notizfunktion des Handys Weiterführendes.

Inzwischen habe ich 5 Workbooks, sie sind also zu Jahresbüchern geworden und sind eine gute Inspirationsquelle für Denk-und Schreibblockaden. Auch

kannst Du Deine eigene Entwicklung sehr gut daran beobachten.

Kreativ-Tipp

Ich mag nicht so gerne schwarze Bücher, wenn das Innenleben aber stimmt und nur in schwarz vorrätig ist, dann beklebe ich den Einband mit Serviettentechnik, Folie, Stoff oder Fotos, integriere dick vorne auf die Jahreszahl und schon ist es für mich passend.

Dieses Jahr habe ich sogar den Einband genutzt um direkt meine Vision-Board-Collage dort zu platzieren, so habe ich auch diese fast immer bei mir. Dafür habe ich mir aus Zeitschriften Fotos und Schriftzüge ausgeschnitten und aufgeklebt. Zum Schluss Serviettenkleber drüber gestrichen und nun ist es sogar abwaschbar.

Über diesen hübsch gestalteten Einband bin ich schon des Öfteren ins Gespräch gekommen, weil mich jemand fragte, wo so ein Buch erhältlich sei. Dann erkläre ich kurz, was das für ein Buch ist und zack, biste im Gespräch. Es dauert nicht lang, bis Du gefragt wirst, was hast Du denn für ein Blog... und jetzt hole ich meinen Pitch für diese Fälle aus der Hirnwindung und zücke eine Visitenkarte (Lasche hinten im Buch). Offline-Netzwerken der feinen Art ☺

Weißt Du was, wenn Dich so ein High-Potential-Work-Book reizt, dann lege Dir doch eins an und fotografiere es nach der Gestaltung, poste es auf Facebook in meine Gruppe Mindset-Ninjas oder in meine Timeline und lasse mir für das schönste, kreativste Buch einen Gewinnpreis einfallen. Deal?

Viel, wirklich viel, viel Spaß damit und Du wirst mal sehen, wie schön es ist, wenn Deine Ideen nicht mehr im Nirvana verschwinden. Übrigens mein erstes Buch habe ich so genannt, das Anti-Nirvana-Buch.



Elke Dola Blog www.quovadix.de

Quovadix auf FB

<https://www.facebook.com/blog.quovadix/?ref=bookmarks>

Meine FB –Mindset-Ninja-Gruppe

<https://www.facebook.com/groups/1939468812992596/>