

HOW TO STOP

WIE WIR MIT DEM AUFHÖREN
ANFANGEN (UND WARUM DAS
ÜBERHAUPT WICHTIG IST.)

Jule Bosch // www.oeko-nomie.com //
LinkedIn @julebosch // Instagram @jule_boschblitz

Niemand

**Dinge, die uns
nicht gut tun**

GIFsBOOM
.net

CHANGE BY DESIGN OR BY DESASTER?

“On the global level, there is no greater what-comes-after-growth uncertainty than the very fate of modern high-energy civilization with its still continuing population growth, high material requirements, and commensurately high environmental impacts. All of these long-lasting trends will have to end, deliberately or involuntarily.”

(Vaclav Smil, Growth)

**Wenn wir es schaffen, das Aufhören
als Fähigkeit zu etablieren und zu
kultivieren, schaffen wir es, aus
Praktiken, Geschäftsmodellen,
Systematiken und Dynamiken
auszusteigen, die uns individuell
wie unternehmerisch und
gesellschaftlich eigentlich schaden.**

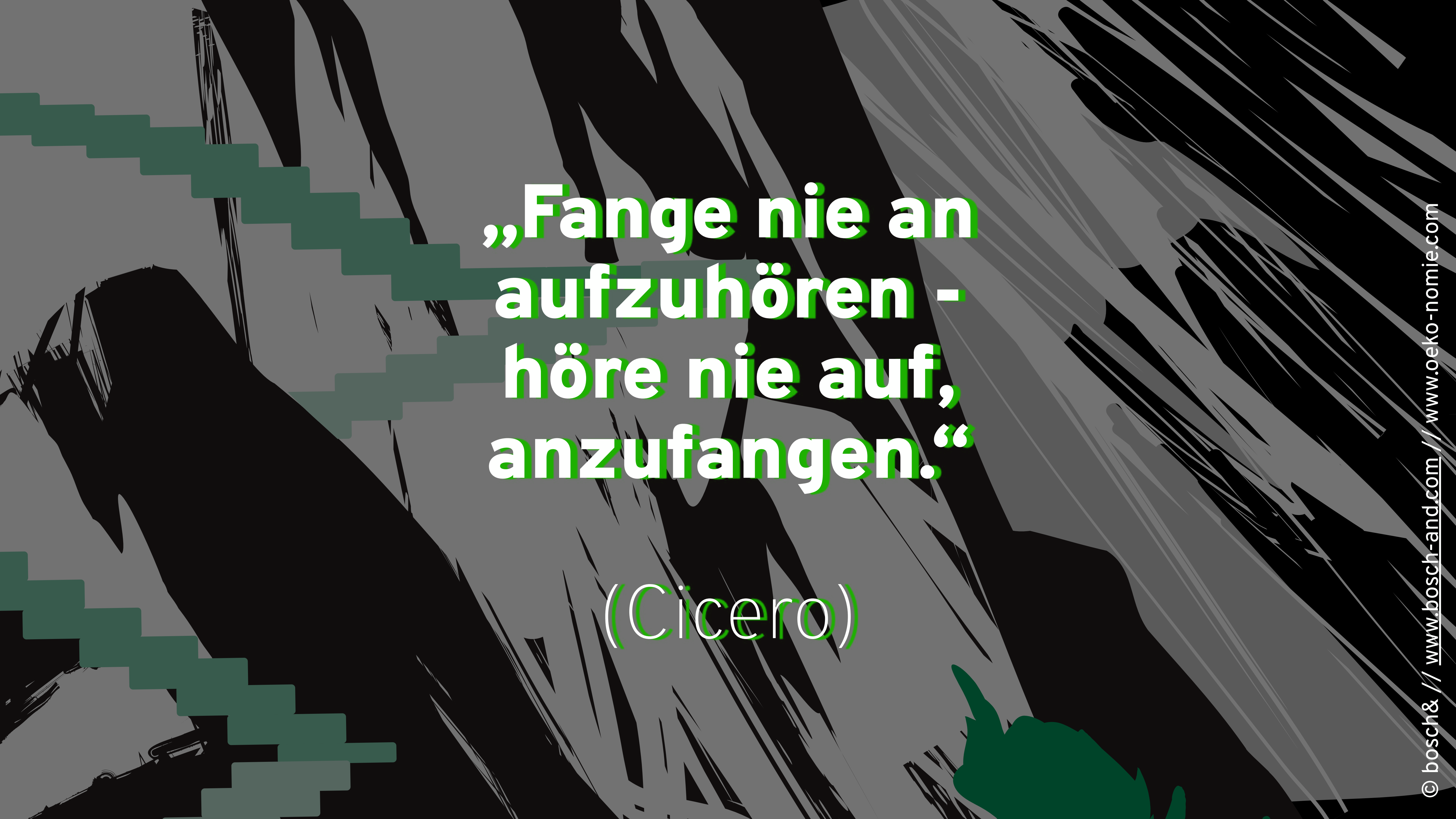
2026

2025

GIFsBOOM
.net

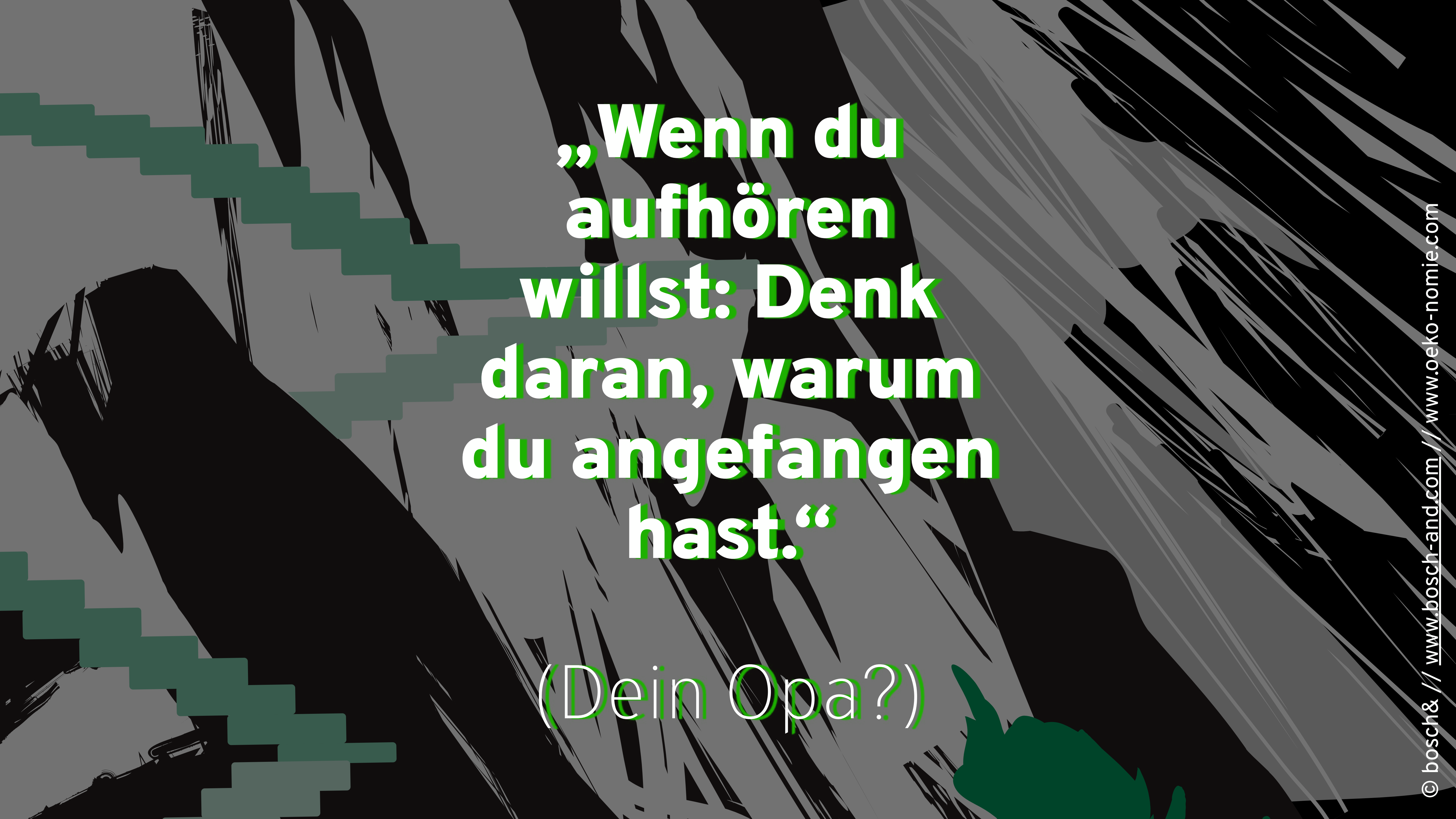


SLIDO.COM
#2551 590



**„Fange nie an
aufzuhören -
höre nie auf,
anzufangen.“**

(Cicero)



**„Wenn du
aufhören
willst: Denk
daran, warum
du angefangen
hast.“**

(Dein Opa?)



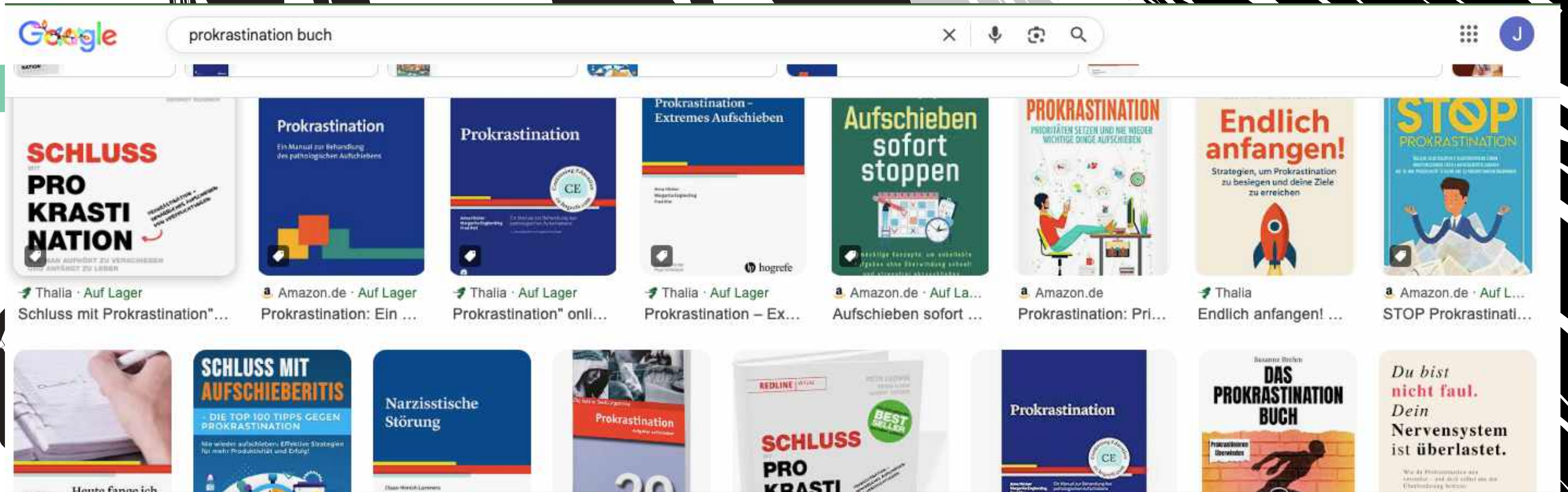
„Just do it.“

(Nike)

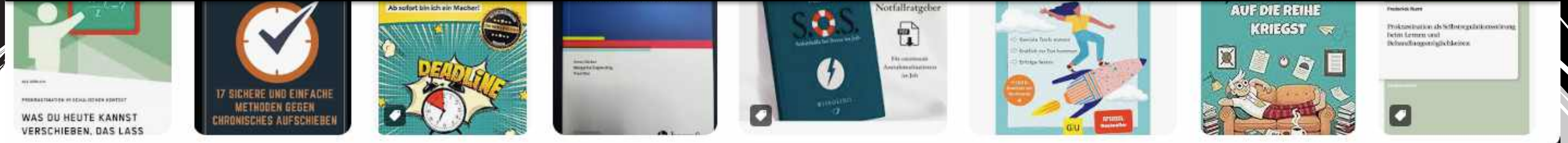


**„You only fail
when you stop
trying.“**

(Every startup
dude all the
time)



Wenn es überhaupt ein Problem mit dem Anfangen gibt, dann mit dem Nicht-Anfangen-Können.



● Prokrastination
Thema

+ Vergleichen

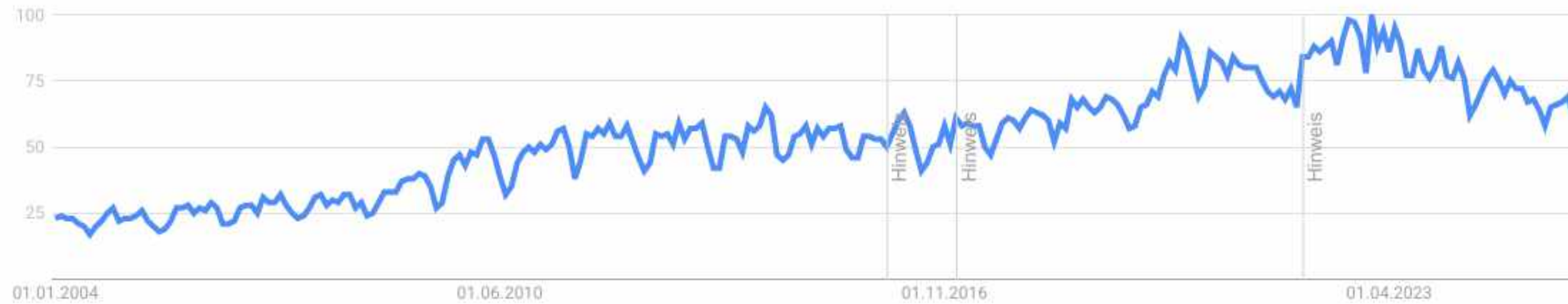
Weltweit ▼

2004 - heute ▼

Alle Kategorien ▼

Websuche ▼

Interesse im zeitlichen Verlauf ?





Google Trends

Startseite

Entdecken

Aktuelle Trends



● Prokrastination
Thema

+ Vergleichen

Deutschland ▼

2004 - heute ▼

Alle Kategorien ▼

Websuche ▼

Interesse im zeitlichen Verlauf ⓘ



WER SUCHT BEI GOOGLE AM MEISTEN
NACH DEM THEMA PROKRASTINATION? 🧐

Hamburg

Berlin

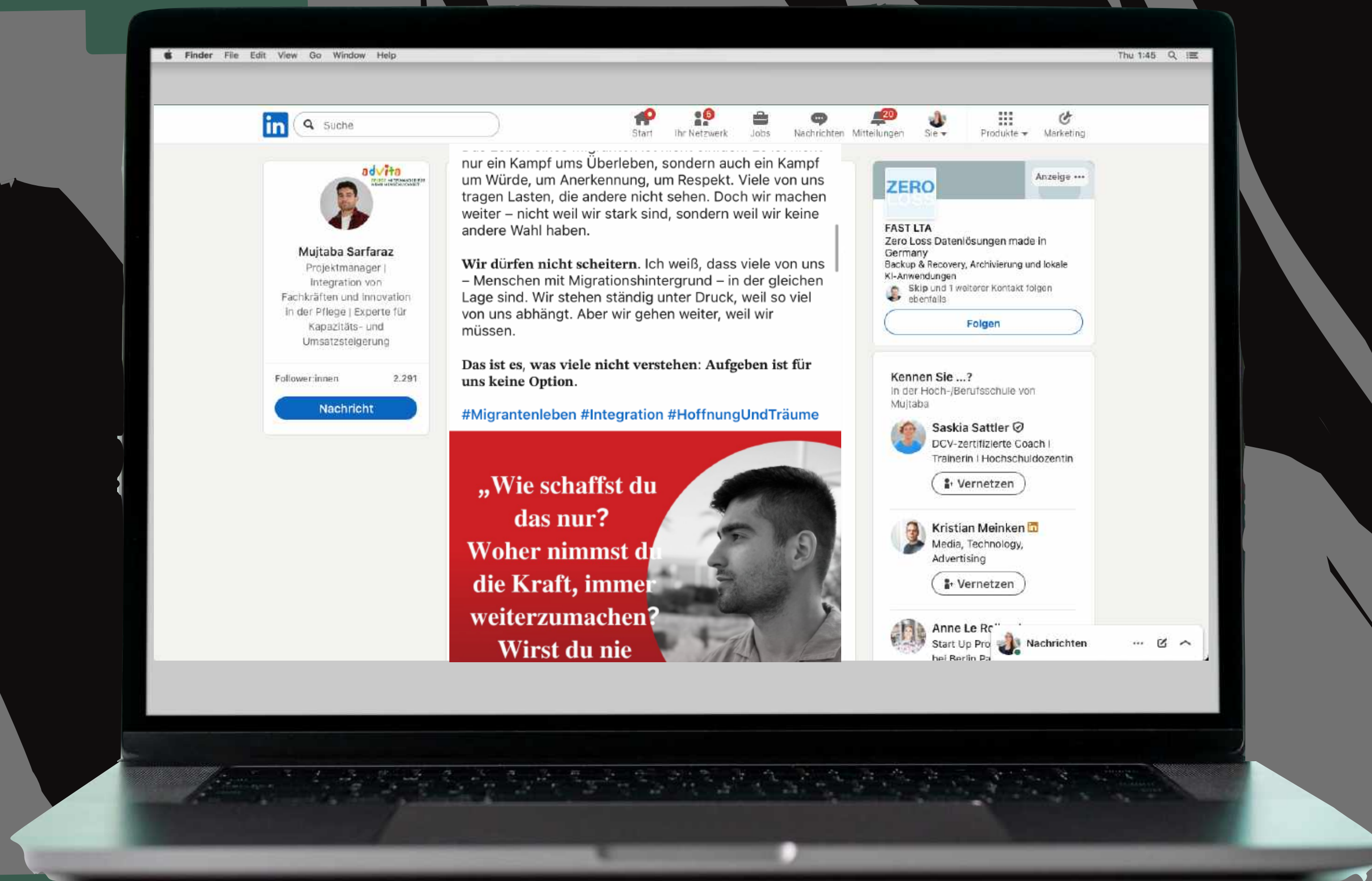
NRW

**Wenn PROKRASTINATION
das „Nicht-Anfangen-
Können“ bezeichnet,
welches Wort beschreibt
dann das „Nicht-Mehr-
Aufhören-Können“?**

HOW TO STOP: #1 - SUCHT

„Abhängigkeit, auch Sucht, bezeichnet das unabweisbare Verlangen nach einem bestimmten Erlebniszustand. Diesem Verlangen werden die Kräfte des Verstandes untergeordnet.“

(Lexikon online für Psychologie und Pädagogik)



**Mujtaba
Sarfaraz**

Marketingmanager
advita Pflegedienst GmbH

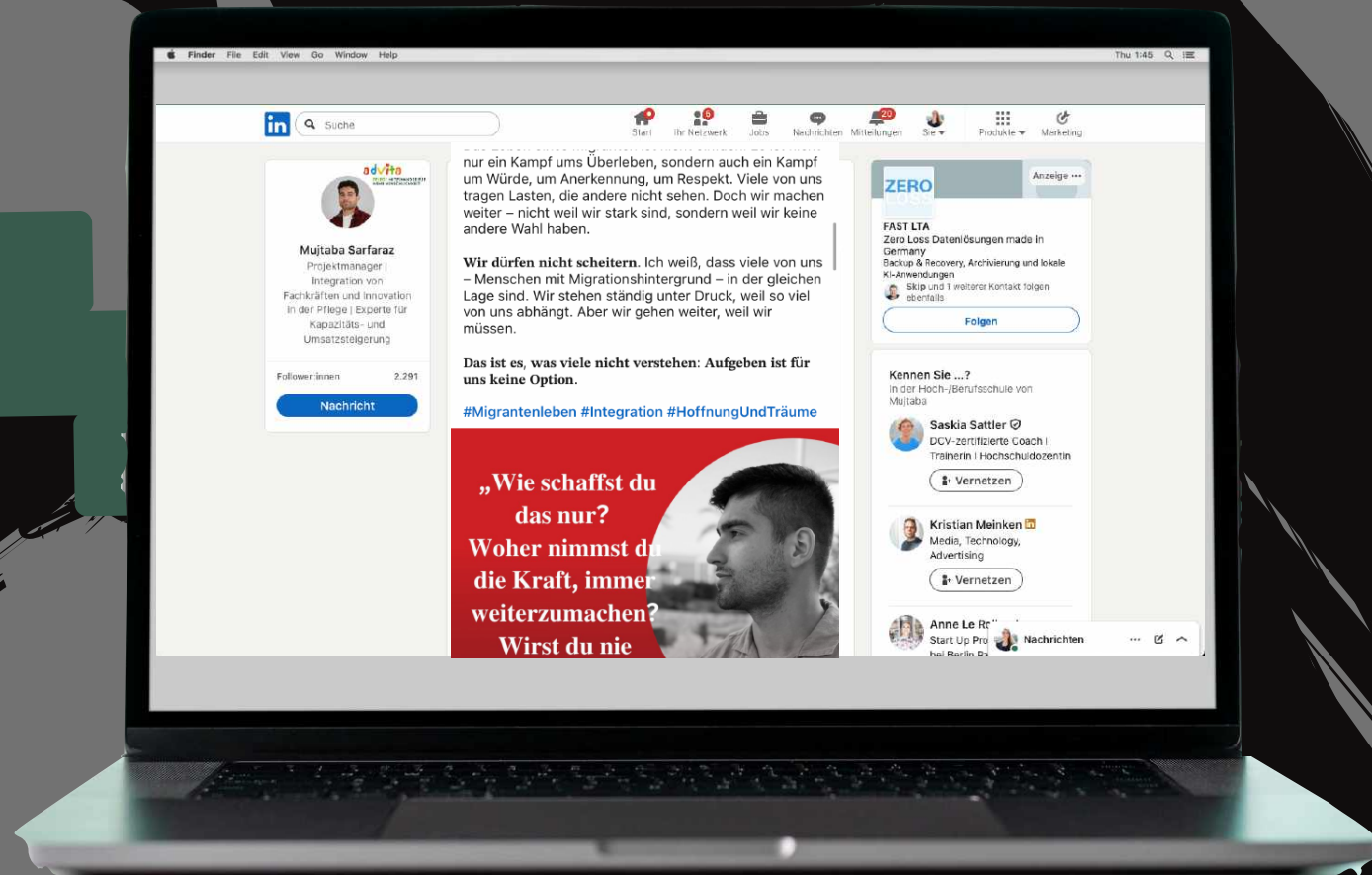
„Aufgeben ist ein
Luxus, den ich
mir nicht erlauben
kann.“

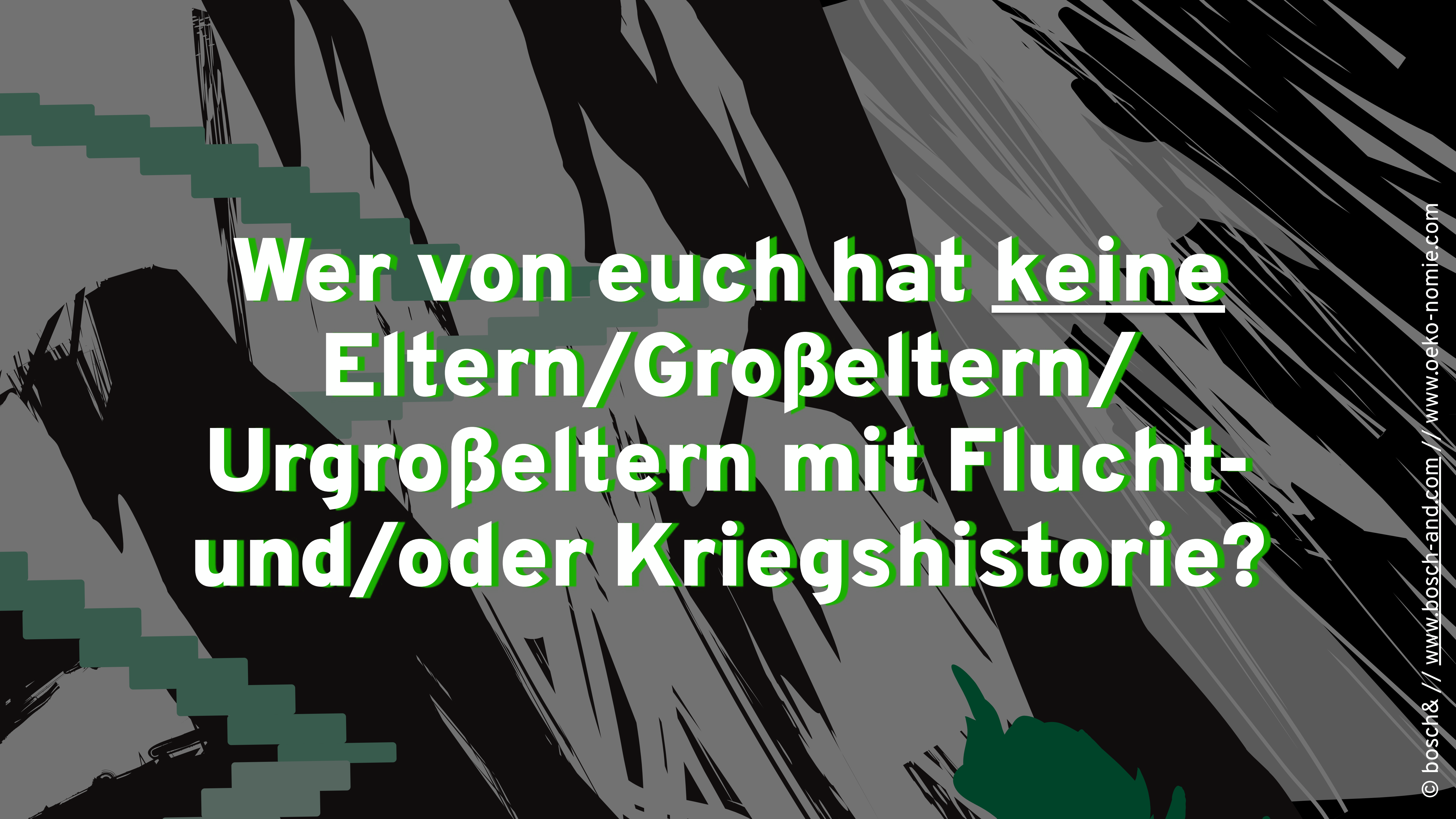
„Menschen wie ich
haben keine Wahl.
Wir können nicht einfach
sagen „es reicht.“



**Mujtaba
Sarfaraz**

Marketingmanager
advita Pflegedienst GmbH





**Wer von euch hat keine
Eltern/Großeltern/
Urgroßeltern mit Flucht-
und/oder Kriegshistorie?**

Erzsébet Fanni Tóth, M.A.



ssenschaft

.ac.at

umaübertragungsforschung

„Your book project sounds very interesting, and also very important. What you mention in your email makes perfect sense: it is called scarcity trauma and it has been observed in many families, who survived famine, war, have difficult migration background etc.“



Kwon Yong-Seok
Gründer „Prison Inside You“



Kwon Yong-Seok
Gründer „Prison Inside You“





HOW TO STOP: **#2 - POSITIONIERUNG**



© bosch& // www.bosch-and.com // www.oeko-nomie.com

Video-Credits: Youtube / Capital in the 21st Century



PRODUKTIVITÄT



POSITIONIERUNG



**„Für die meisten wird ‚das bekommen, was man will,‘
zunehmend getrennt vom
‚Tun, wie man mag‘
schreibt Hirsch.“**

(Göpel, 162)



The soft life: why millennials are quitting the rat race

Ambition once came with a promise: a home, a salary, progress and fulfilment. What happens when that promise is broken? Meet the women who are turning their backs on consumerism, materialism and burnout

12:49

< Reels Freunde



LYING FLAT CONSULTANT
躺平规划师

32,9 Tsd.

335

618

17,8 Tsd.

nytimes

For many young Chinese, the relentless ...

Gefällt chao_naut und 32.930 weiteren Personen

Kommentar hinzufügen ...

12:49

< Reels Freunde



an affordable, stress-free life.

32,9 Tsd.

335

618

17,8 Tsd.

nytimes

For many young Chinese, the relentless ...

Gefällt chao_naut und 32.930 weiteren Personen

Kommentar hinzufügen ...



VERGEBLICHKEIT

FUTILITY



HOW TO STOP: **#3 - PFADABHÄNGIGKEIT**

CC2

CCL

CCX

Shop

Learn

Docs

„TYPING AT THE SPEED OF THOUGHT“



„Musterwechsel brauchen Instabilität“

Peter Kruse, Next Practice

Leistung

Resonanz mit Vision

Leistung

überzeugen

Resonanz mit Vision

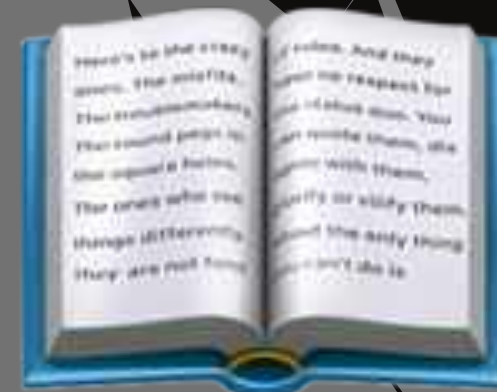


Leistung

überzeugen

fördern

Resonanz mit Vision



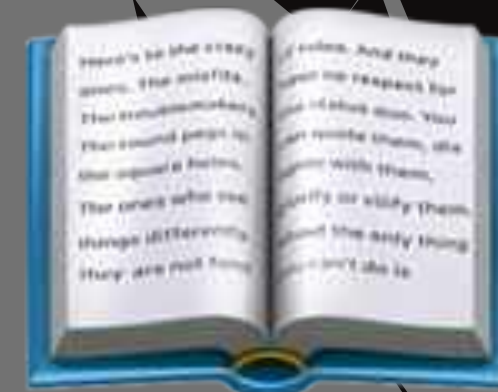
Leistung

überzeugen

belohnen

fördern

Resonanz mit Vision



Leistung

kündigen

belohnen

überzeugen

fördern

Resonanz mit Vision





AKZELERATIONISMUS: CHANGE BY DESASTER BY DESIGN

UNSER LEBEN BESCHLEUNIGT SICH

Sinkt unsere Aufmerksamkeitsspanne?

Studie zeigt: Klassische Musik wird zunehmend schneller gespielt



News von **BackstagePRO**
veröffentlicht am 21.01.2019

musikbusiness

songwriting

studie



Aufnahmen von Johann Sebastian Bachs Doppel-Violinkonzerten

1961 - 17 Minuten

1978 - 15 Minuten

2016 - 12 Minuten

= Beschleunigung um 30%



„We all live in an operating system set up by the accelerating triad of war, capitalism and emergent AI.”

Steve Goodman

British Accelerationist & Musician

„Accelerationists argue that technology, particularly computer technology, and capitalism, particularly the most aggressive, global variety, should be massively sped up and intensified – either because this is the best way forward for humanity, or because there is no alternative.“

Andy Beckett (The Guardian)

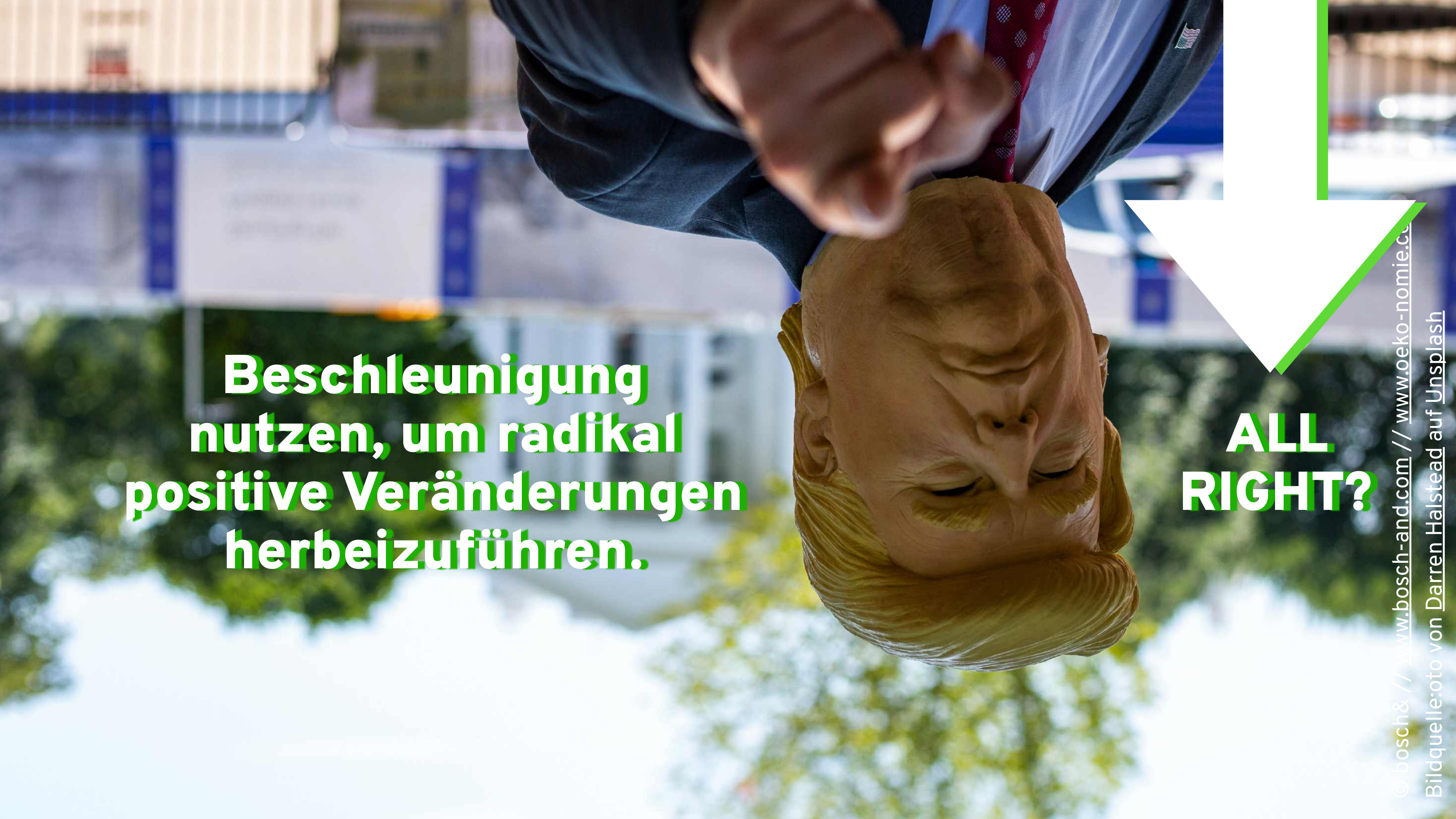
„....we don't need
[conventional] politics
any more, we can get rid
of 'left' and 'right', if we
just get technology right.
...finally, (technology)
will help us leave the
material world, all the
mess of the physical, far
behind.”

Fred Turner

Tech-Historian on Accelerationism

**ALT
RIGHT!**





**Beschleunigung
nutzen, um radikal
positive Veränderungen
herbeizuführen.**

**ALL
RIGHT?**

**In welchen Kontexten geht
es wirklich ums Aufhören
und wo kommen wir sehr
viel besser an unser Ziel,
wenn wir stattdessen mal so
richtig krass beschleunigen?**

Ellen

**Sinn Macht
Gewinn**

GIFsBOOM
.net

Jule Bosch/ www.oeko-nomie.com //

LinkedIn @julebosch //

Instagram @jule_boschblitz