

**erzählbar:**  
im Gewölbekeller  
(Storytelling nach der  
Methode Erzählcafé)



# „Aufschieberitis“

Wir alle kennen und tun es mehr oder weniger: Das Aufschieben ungeliebter Aufgaben, das Verschieben von Handlungen, die uns unangenehm sind. Wohnung putzen? Steuererklärung ausfüllen? Ein schwieriges Telefongespräch? Eine unangenehme Kontaktaufnahme? Bei Starkregen mit dem Hund nach draussen gehen? Wäsche waschen, bügeln, flicken? Sport treiben? Velo putzen?

Je nach Ausprägung wird dieses unerwünschte Verhalten „Aufschieberitis“, „Prokrastination“ oder „Erledigungsblockade“ genannt.

<b>Monatsdaten</b>	<b>Freitag, 21. März 2025, 15.00 - 17.00 Uhr</b> oder <b>Dienstag, 18. März 2025, 19.00 – 21.00 Uhr</b>
<b>Unkostenbeitrag</b>	CHF 20.00
<b>Ort</b>	Gewölbekeller, Grabenstrasse 6, 3400 Burgdorf
<b>Anmeldung</b>	Mail: <a href="mailto:erzaehlbar@outlook.com">erzaehlbar@outlook.com</a> Telefon: <b>034 422 23 30</b> (Telefonbeantworter) ☺ Spontane Teilnahme ist jederzeit willkommen. ☺

Ich freue mich auf Eure Geschichten über Auswirkungen hinausgeschobener Aufgaben, über Strategien, Verschiebungstechniken, Lust und Frust im Alltag.

**Johanna M. Schlegel**  
Moderatorin Erzählcafé

Das **Monatsthema** wird in der Agenda der Homepage des Netzwerks Erzählcafé aufgeschaltet: <https://netzwerk-erzaehlcafe.ch/agenda/>  
Oder Ihr meldet für den Mailversand bei [erzaehlbar@outlook.com](mailto:erzaehlbar@outlook.com) an.  
→ Von meiner Facebook-Seite **erzählbar**: habe ich mich als Reaktion auf Elon Musks Gehabe und neue Geschäftspolitik abgemeldet – und befreit. ☺