

Die Bergwanderung

(Hindernisse bei der Umsetzung)



Klaus hat sich dieses Jahr entschieden mit seinen Arbeitskollegen Tim und Rüdiger 3 Tage in die Berge zu fahren und dort eine Hüttenwanderung zu unternehmen. In der Mittagspause hat Rüdiger immer davon geschwärmt, wie toll es ist, auf die Berge zu steigen und alles hinter sich zu lassen.

Nun steht Klaus gemeinsam mit Tim und Rüdiger im Tal und schaut etwas skeptisch auf den steilen Anstieg. „Was, da wollen wir hinauf? Das ist aber ziemlich steil und auch sehr weit“, kommt es spontan über seine Lippen.

Und tatsächlich von unten aus dem Tal heraus, sieht das Ganze schon sehr weit und entfernt aus.

Ähnlich wie Klaus ergeht es uns, wenn es um Fehler oder Fehlgriffe geht. Hier sieht das angestrebte Ziel auf den ersten Blick schwierig aus und schwer zu erreichen. Die Gründe dafür sind verschieden:

Ansatz 1: Orientierung an Siegern

Wir vergleichen uns ständig mit Siegern, die es auf dem betreffenden Gebiet bereits zu guten Kenntnissen geschafft haben. Selbstverständlich sind dann die gezeigten eigenen Leistungen nicht mit denen der Sieger zu vergleichen. Trotzdem werden die eigenen in Relation dazu gestellt.

Frage: Wie fällt wohl dieser Vergleich aus?

H₄
E₁
L₁
F₄
R₁

F₄ E₁ H₄ L₁ E₁ R₁

Lösungsansatz: Gerade bei Anfängern, aber auch bei allen anderen, sollte viel Nachsicht geübt werden und Vergleiche mit anderen unterbleiben.

Ansatz 2: Resultate statt Prozess

Ein zusätzlicher Faktor, der bei Fehlern für Verdruss sorgt, ist, daß die erzielten Leistungen und Schritte innerlich ständig abgeglichen werden mit dem bestmöglichen Resultat oder gar mit dem gewünschten Zielzustand.

Frage: Wie fällt wohl dieser Vergleich aus?

Lösungsansatz: Fortschritte, so klein oder unbedeutend sie auch erscheinen mögen, sollten gewürdigt werden.

Ansatz 3: Weg immer geradeaus

Der Weg zum Ziel ist eigentlich niemals eine gerade Linie. Vielmehr ist es ein Geschlängel in Irrwegen und Abzweigungen sowie ein stetes Auf und Ab.

So berichten Spitzensportler auf Nachfrage durchweg, daß der Weg an die Spitze immer mit Umwegen und Misserfolgen unterwegs verbunden war. Dies wird gerne übersehen. Es waren immer Fehler und Fehlgriffe dabei, aus denen dann die richtigen Rückschlüsse gezogen wurden und somit den Weg der Verbesserung hin zum jetzigen Leistungsniveau ermöglichten.

Lösungsansatz: Ohne Fehler ist kein Lern- und Entwicklungsprozess möglich. Sie sind ein wichtiger Baustein und Teil jeder Weiterentwicklung.



Ansatz 4: Denken in Extremen

In der Entwicklung und beim Lernen in jeder Form gibt es kein Schwarz oder Weiß. Zwar wird oft danach gefragt:

Gut oder schlecht?

Hilft es mir oder nicht?

Nichts an sich ist gut oder schlecht. Der Wert entsteht durch die Art und Weise wie Sie diese repräsentieren. Sie können die Fehler und Fehlgriffe auf eine negative Art bewerten: „Das hilft mir nicht. Es ist schlecht.“

Lösungsansatz: Suchen Sie das Potential in diesem Fehler mit den Fragen:

Was fehlt hier?

Was fehlt mir?

