

Reine Kopfsache: Was Sieger von Verlierern unterscheidet

Ob Sebastian Vettel oder Oliver Kahn – entscheidend ist die mentale Stärke, sagt „Motivator“ Dirk Schmidt.



Ziele formulieren und verfolgen: Über die Tricks von Erfolgreichen machte sich „Motivator“ Dirk Schmidt bei der IHK Regensburg Gedanken.

Von Mechtild Angerer, mz

Regensburg. Nicht nur gewonnen wird im Kopf, auch das Gegenteil sei leider der Fall, sagt Dirk Schmidt. Der TV-bekanntes Coach erläuterte im Rahmen der Reihe „Treffpunkt IHK“, was Siegern von Verlierern unterscheidet.

„Wenn Sie in einem Kundengespräch sich in Gedanken immer wiederholen ‚ich darf den Auftrag nicht verlieren‘, wird genau das Gegenteil geschehen.“

„Limitierende Gedanken“ nennt das die Psychologie, für Schmidt sind sie wichtiger Baustein zum Misserfolg. Sein Rat ist daher: „Geben Sie Ihre Vermeidungsziele auf – formulieren Sie stattdessen Anstrebungsziele.“

Wie gut das funktionieren kann, zeigte Schmidt am Beispiel Sebastian Vettels: Der gab als achtjähriger Steppke und begabter Cart-Fahrer in einer Fernsehsendung seine Ziele und auch seinen Zeitplan bekannt: Er wollte mit 22 Jahren Formel Eins fahren. „Der Moderator hat ihn ausgelacht, aber mit 23 Jahren war Vettel Weltmeister.“

Gleiches gilt für Oliver Kahn, der mit vierzehn Jahren eine detaillierte Zielliste von der Qualifikation für die A-Jugend bis zum Weltfußballer des Jahres niederschrieb. „Bis auf den WM-Titel hat Kahn alles erreicht, und das, obwohl er damals gertenschlank war und als untalentierte galt.“

Wer es Weltmeistern gleichtun will, sollte deshalb seine Ziele schriftlich formulieren: „Eine solche Liste haben zehn Prozent aller Deutschen, aber so ziemlich 100 Prozent der Sportler.“ Zudem sei es nötig, sich auf die Formung der eigenen Persönlichkeit, und der seiner Mitarbeiter, zu konzentrieren. „Eine Persönlichkeit setzt sich aus Talent, Technik und mentaler Stärke zusammen. Ändern können Sie nur an den beiden letzten Punkten etwas – die Entwicklung des Talents ist mit drei Jahren abgeschlossen.“

Doch wie eine Studie ergeben habe, mache den entscheidenden Unterschied der größere Einsatz aus: „Es gibt keine Naturtalente, die besser sind als alle anderen, ohne etwas dafür zu tun: Spitzengeiger haben im Schnitt bis zu ihrem 20. Lebensjahr 10000 Stunden geübt, ihre Geigenlehrer rund 4000. Wer mehr werden will, muss eben mehr tun.“

Wenn dieses „Mehr“ dann auch noch intrinsisch, also aus der Sache heraus, motiviert sei, und nicht durch äußere Belohnungen wie beispielsweise Geld, sei der Erfolg praktisch nicht aufzuhalten. „Wenn Sie Ihre Mitarbeiter nur mit Geld motivieren können, dann haben Sie die falschen Leute!“

URL: http://www.mittelbayerische.de/nachrichten/wirtschaft/artikel/reine_kopfsache_was_sieger_von/668691/reine_kopfsache_was_sieger_von.html