

19,80 EUR
CH: 24,80 sFR

Ausgabe 04/2020
www.brot-pro.de

Brot pro

Das Magazin fürs Handwerk

Mit Rezepten von:

Christoph Heger,
Dietmar Kappl,
der Fachschule
Richemont und
anderen



Christa Lutum und ihr Weg Haltung



Marcello Camerin über den
Wert von Misserfolg



Christoph Heger über
das Unterbruch-Backen



Helen über ihr Leben
als Wandergesellin

Sich dem Scheitern stellen

Misserfolge – und was man daraus lernen kann

In der Leistungsgesellschaft wird Scheitern häufig tabuisiert. Doch sind es gerade Misserfolge, aus denen Menschen am meisten für die Zukunft lernen können. Daher sollte das Ziel sein, mit Rückschlägen entsprechend umzugehen und unbegründete Ängste zu überwinden.

Text:
Marcello Camerin

Warum neigen Menschen dazu, so scheinbar getriebene Erfolge zu präsentieren? Obgleich doch alle das Gefühl des Zuspruchs kennen, wenn man authentisch über die eigenen Misserfolge berichtet?

Erfolg ist etwas Magisches. Im Erfolg erleben wir Glück, Zufriedenheit und das gute Gefühl, etwas Positives erreicht oder bewegt zu haben. Augenscheinlich sehen wir um unser herum viele erfolgreiche Menschen. Doch ein Blick hinter die Kulissen lässt dieses Bild oft

wie eine Luftblase zerplatzen. Der ständige Blickwinkel auf den Erfolg veranlasst dazu, die Misserfolge näher zu betrachten. Besonders in diesen hybriden und damit auch schnelllebigen Zeiten kann ein Paradigmenwechsel helfen, den Erfolg besser einzuordnen, Misserfolge zu wandeln und damit auch Nebenwirkungen des Erfolgs zu minimieren.

Seit jeher hegen Menschen den Wunsch, ein erfolgreiches Leben zu führen. Jäger und Sammler kamen mit der Beute in das Lager zurück – der Erfolg für alle sichtbar. Nicht



sichtbar waren die unzähligen Versuche und Misserfolge bis zum Erlegen des Fangs. Wer Erfolg hat, ist „bei den Göttern beliebt“, so beschrieb es Homer bereits in der Antike.

Auch heute gehören für jeden Akteur im Markt Misserfolge dazu. Ziele lassen sich nur selten ohne Rückschläge erreichen. Immer wieder muss man mit personellen, ökonomischen oder auch familiären Enttäuschungen und Misserfolgen umzugehen wissen. Besonders der Umgang damit ist für die kommenden privaten sowie beruflichen Projekte entscheidend: Misserfolge geschickt nutzen und aus Fehlern lernen – dazu bedarf es vor allem emotionaler und mentaler Stärke.

Hierbei sind besonders zwei Aspekte wichtig: Transparenz sowie eine gute Kommunikation. Diese beiden Ingredienzien entscheiden darüber, wie erfolgreich sich emotionale und mentale Stärke aus dem Misserfolg gewinnen lassen.

Grundvoraussetzung bei alledem: ein klares Ziel vor Augen, umrissen von einer Vision. Eine Vision zu entwickeln, ist jedoch das eine. Sie zu leben das andere. Ein „Trick“ ist dabei, sich selbst überprüfbar zu machen. Zum Beispiel indem man sich einen Sparringspartner sucht – eine vertrauensvolle Person, die Lob, aber auch Tadel gibt. Allerdings ohne zu werten.

Um emotionale und mentale Stärke aufzubauen bedarf es zudem Vorstellungskraft. Was sind die psychischen Mechanismen? Welche Kräfte entwickeln wir, wenn wir wirklich müssen? Das Müssen hat sich in der Tat als wichtiger Erfolgsgarant herauskristallisiert. Am Beispiel von Eltern ist das gut zu beobachten. Ihre beinahe unbändige Energie entnehmen sie aus zwei Motivatoren: Der großen Liebe, aber eben auch der schlichten Notwendigkeit. Die Notwendigkeit, dem Kind Essen und Trinken zu geben, da es sonst nicht überlebensfähig wäre, setzt Kräfte frei.

Wenn alles zusammenbricht, ist die innere Einstellung entscheidend



Zu einer guten Fehlerkultur gehört der offene Umgang mit Misserfolgen, ohne ständig Schuldige zu suchen

Adaptiert man diese Gesetzmäßigkeiten, kann man für sich Lösungsansätze aus dem Scheitern entnehmen.

Eine wichtiger erster Schritt ist die Akzeptanz des Misserfolgs. So wurde Thomas Watson seinerzeit für verrückt erklärt. Hat er doch nach mehr als 800 Versuchen immer noch keine Glühbirne zum Leuchten gebracht. Sein Umfeld zweifelte stark an seiner geistigen Gesundheit. Er aber antwortete sinngemäß: „Ich habe 800 Belege, wie es nicht funktioniert“ und wandelte damit seine Misserfolge in eine innere Stärke um, die als Antrieb zum Weitermachen fungierte. Heute erkennt ein jeder von uns die Tragkraft.

Was machen Misserfolge oder am obigen Beispiel entlehnt „Kunstvolles Scheitern“ aus? Dieser Betrachtungsschritt ist wichtig, um

zu einer späteren Förderung, Akzeptanz und Unterstützung zu kommen. Aus unzähligen Gesprächen und Workshops hat sich herauskristallisiert: Ein analytisches Betrachten der Misserfolge sowie die Fähigkeit, Erfahrungen und Erkenntnisse daraus zu gewinnen.

Dazu bedarf es einer beobachtenden Distanz zu sich selbst und dem wahrgenommenen Misserfolg. Das Akzeptieren der Niederlage ist entscheidend, auch wenn es zunächst ein schlechtes Gefühl in einem auslöst. Man kann mit Würde akzeptieren, dass es nicht funktioniert hat. So lässt sich aus dem Scheitern Positives mitnehmen. Das heißt aber eben auch: Das Scheitern offen zugeben.

Ein Beispiel: Eine Kundin bestellt Waren für ein Sommerfest. Die werden zwar pünktlich geliefert, jedoch entsprechen sie teilweise



Vertraute Personen können als Sparringspartner fungieren, die das eigene Tun wertfrei reflektieren

nicht den Vorstellungen der Kundin. Entsprechend sind beide Seiten mit dem Auftrag nicht zufrieden, man deutet das als Auftragnehmer als Misserfolg.

Erster Schritt ist das Erkennen dieses Misserfolgs, ein weiterer, diesen zu verarbeiten. So stellt sich ein Lerneffekt ein und der gemachte Fehler wird sich wahrscheinlich nicht wiederholen. Zu vermeiden sind emotionale Überreaktionen. Keinesfalls sollte man den Kopf in den Sand stecken. Selbstreflexion lautet das Stichwort. Fehler geschehen. Besser ist es, der Kundin zu zeigen, dass man es besser machen kann und neue Kunden von dieser Erfahrungen profitieren zu lassen.

Neben der Selbstreflexion ist auch die Frage erlaubt, was andere zukünftig tun könnten, um einen Misserfolg zu wandeln. Familie und Freunde könnten aktiv in den Prozess eingreifen und mit konstruktiven Lösungsansätzen eine Stütze sein. Das ist wichtiger als ein letztlich inhaltsleeres „Das wird schon wieder!“. Eine mentale und emotionale Unterstützung, insbesondere eine realistische Betrachtung der Dinge im Sinne von „Was kann im schlimmsten Fall schon passieren?“ können helfen.

Essenziell ist dabei eine motivierende und wertschätzende Kommunikation unter Einhaltung von Feedback-Regeln. Denn gerade ein respekt- und würdevoller Umgang sowie eine wertfreie Betrachtung der Dinge werden oft vermisst. Den so genannten „Blick nach

vorne“ wünschen sich Menschen – nicht ein Verharren in Vorwürfen. Die Umgebung kann Perspektiven und Möglichkeiten im Umgang mit Misserfolgen aufzeigen.

Die bereits erwähnte Akzeptanz ist nicht nur in der Philosophie eine viel diskutierte Kernfrage, sondern auch beim Verarbeiten von Misserfolgen ein zentraler Punkt. Hier haben sich vier Handlungsfelder herauskristallisiert:

1. Gute Kommunikation

Man möchte eher mehr als weniger im Gespräch über seinen Misserfolg sprechen. Vor

Erfolg fühlt sich gut an, man zeigt ihn gern. Aber der Weg dorthin führt meistens über Misserfolge





Im Angesicht eines Misserfolgs ist es wichtig, die eigenen Emotionen im Griff zu behalten und sich der Situation konstruktiv zu stellen

allem motivierende und nicht anklagende Gespräche helfen dabei sehr.

2. Selbstreflektion

Die Analyse von Fehlerursachen und das Auffinden von neuralgischen Punkten.

3. Fehlerkultur

Es ist essenziell, Misserfolge als Chance zu erkennen und aus Fehlern zu lernen. Und noch wichtiger: Fehler als menschlich anzuerkennen.

Öffentlich ist der Misserfolg ein Tabu – zu unrecht



4. Erwartungen

Erwartungen sind zu definieren, um Frustrationstoleranzen zu erhöhen.

Die Frustrationstoleranz ist eine Persönlichkeitseigenschaft. Sie beschreibt die individuelle Fähigkeit, eine frustrierende Situation auf dem Weg zum angestrebten Ziel ebenso zu ertragen wie die daraus resultierenden psychischen Spannungen und mit beidem über längere Zeit konstruktiv umzugehen, ohne die objektiven Faktoren der Situation zu verzerren. Erwartungen müssen demnach transparent angepasst werden.

80 Prozent der Misserfolge wandeln sich durch eine positive Einstellung und über ein „Müssen“ in Erfolg um. Daher sollte man sich immer selbst fragen: Wem gegenüber fühle ich mich verpflichtet? Wer ist auch im Unterbewusstsein mein Antreiber? Nicht selten sind es sogar verstorbene Personen. Ein Marathonläufer berichtete, dass die Vorstellung aufzugeben und zu Hause dem Vater über das Aufgeben berichten zu müssen der Antreiber war, Misserfolge zu vermeiden.

Dabei können die nie gänzlich vermieden werden. Allerdings können die Handlungsoptionen erweitert werden. Frei nach dem Motto: „Handle so, dass sich die Anzahl der Möglichkeiten erhöht“. Im ökonomischen Sinne wäre es fatal, als Unternehmer zum Beispiel auf nur ein Geschäftsfeld zu bauen.

Der Grundstein für Misserfolge wird oft im Kopf gelegt. Die Gedanken sind ein Instrument. Man läuft immer Gefahr, sich von der inneren Stimme ausbremsen zu lassen. Oder von Emotionen, die zu spontanen Überreaktionen führen können. Manche Menschen lassen sich gar von der Möglichkeit eines Misserfolgs einschüchtern und begünstigen ihn in Wahrheit so erst. „Man braucht nichts im Leben zu fürchten, man muss nur alles verstehen“ sagte Marie Curie, die sich schon Ende des 19., Anfang des 20. Jahrhunderts in einem männerdominierten Umfeld behauptete. Dabei hatte sie viele Misserfolge einzustecken und ging in die Geschichte ein.

Ganz gleich, ob es sich um persönliche oder unternehmerische Misserfolge und den Um-

ÜBER DEN AUTOR

Wirtschaftswissenschaftler Marcello Camerin ist neben seiner Lehrtätigkeit an Universitäten und (Handwerks-) Akademien selbst auch erfolgreicher Unternehmer. Mit seiner mehr als 25-jährigen Erfahrung in Management und Führung gibt er als Coach nützliche unternehmerische Impulse, vor allem in den Themen Unternehmensführung, -strategie, Projektmanagement sowie Personalführung. Ein Schwerpunkt ist das Backhandwerk, für das er auch in der Akademie des Deutschen Bäckerhandwerks Weinheim lehrt. www.marcello-camerin.de



gang mit ihnen handelt: eine positive Vorstellungskraft in Verbindung mit einem klaren Ziel oder Idealbild hilft, Gedankenschleifen zu durchbrechen und Stabilität im Geist zu gewinnen. Nur dann können eigene sowie für den Unternehmenserfolg benötigte Projekte erfolgreicher gestaltet werden. ■

Anzeige