



MEIN EIGENER MASSSTAB

Was für den einen perfekt ist, liegt für den anderen noch immer knapp daneben. Drei Anregungen, sich der Fehlerkultur zu öffnen.

VON TANJA PETERS

Ich habe mich getrennt. Es ist schon etwas länger her, aber ich bleibe dabei, es ist gut, dass wir nicht mehr gemeinsam durchs Leben gehen. Sie war eine treue Partnerin und es hat lange gedauert, bis ich mich für die Trennung von ihr entschied. Viele Menschen sind fest mit ihr verbandelt, manche haben in bestimmten Lebensphasen eine heiße Affäre mit ihr. Und sie alle haben so wie ich schon unter ihr gelitten. Normalerweise bin ich in Beziehungsfragen immer für „noch mal versuchen“.

Doch im Falle der Perfektion rate ich zum radikalen Schlussstrich.

Viele meiner Klienten reagieren dann mit großer Unsicherheit, ungläubigem Blick und den folgenden Fragen:

- Wie kann ich ohne das Streben nach Perfektion gute Qualität sicherstellen?
- Wer garantiert mir meinen Erfolg, wenn ich keine perfekten Ergebnisse liefere?
- Was denken die anderen über mich, wenn ich Perfektion aufgebe?
- Gebe ich mich dann mit dem Mittelmaß zufrieden?

Es gibt einen großen Denkfehler im Umgang mit der Perfektion. Wir denken, es hätte etwas mit der Qualität zu tun, wenn wir dem perfekten Ergebnis nachlaufen, die Webseite erst freischalten, wenn die Texte wirklich perfekt sind, oder das Konzept erst dann dem Kunden anbieten, wenn es wirklich DAS perfekte Trainingskonzept ist. Und wir denken, es würde uns im Gegenzug den Erfolg sicherstellen und auch noch verhindern, dass jemand etwas Negatives über uns denkt oder sagt.

Ich persönlich glaube, das Gegenteil ist der Fall. Mit dem Streben nach Per-

fektion überspannen wir den Bogen, haben jede Menge Druck und Stress und treffen am Ende doch nicht.

Wir streben dabei nach etwas, was es gar nicht gibt. Denn was für den einen perfekt bedeutet, liegt für den anderen immer noch knapp daneben. Langfristig sorgen der ständige Druck und der ewige Zweifel für ein schlechtes Selbstwertgefühl, für Unzufriedenheit und dafür, dass wir ausbrennen. Wie also geben wir das Streben nach Perfektion auf, ohne die Qualität unserer Arbeit zu vernachlässigen und den Erfolg aus den Augen zu verlieren?

1. Gib dein Bestes und sei bereit zu wachsen

Das heißt für mich persönlich: Ich bin zu 100 Prozent präsent und auch bereit mich mit allem, was ich gelernt, erfahren und erlebt habe, meinen Klienten und Teilnehmern zur Verfügung zu stellen. Ich bin nicht gedanklich noch beim letzten Konzept oder schon beim nächsten Termin, sondern voll und ganz da. Bevor ich ein Coaching habe oder für einen Vortrag die Bühne betrete, nehme ich mir einen Moment der Stille und setze den Fokus auf das, was jetzt ansteht. Ich packe ganz bewusst alle Sorgen und die Gedanken an die nächsten Aufgaben in einen Rucksack und stelle ihn auf den Flur – für später.

Und ich lasse den Gedanken zu, dass ich etwas nicht so gut mache, wie ich es mir wünsche oder wie es für meine Klienten hilfreich wäre. Früher hätte mich dieser Gedanke nicht mehr schlafen lassen und ins Zweifeln gebracht, doch da war ich ja noch mit der Perfektion verheiratet. Heute finde ich es menschlich und verständlich, auch einmal einen schlechten Tag zu erwischen, dass mir etwas nicht einfällt, ich eine Frage nicht beantworten kann oder eben einfach danebenliege.

Für diese Fehlerkultur habe ich lange trainiert. Sie zu etablieren, kann eine große Entlastung sein. Sie macht den Weg für den Gedanken frei, alles so gut wie möglich zu machen, aus Fehlern zu lernen und zu wachsen. Denn das Streben nach Perfektion befreit uns keineswegs von Fehlern.

2. Kläre Aufträge präzise und tu nur so viel, wie das System braucht

Manchmal beginnt das Missverständnis bereits mit den Erwartungen an einen Auftrag, eine Anfrage oder ein Coaching. Wenn ich den Auftrag gut kläre, dann weiß ich präzise, was mein Gegenüber von mir überhaupt erwartet. Ich kann dann auch klären, was davon ich leisten kann und will. Ich muss das Lebensthema eines Klienten nicht bis in seine frühe Kindheit verfolgen, wenn es ihm lediglich um etwas mehr Sicherheit bei Präsentationen geht. Vielleicht denke ich, mein Partner will ein richtig tolles Abendessen mit Vor- und Nachspeise, dabei wäre er mit einer Stulle auch vollkommen zufrieden gewesen.

Als ich noch in einer Leitungsfunktion für eine große Krankenkasse tätig war, erlebte ich, dass Mitarbeiter mir auf die Frage „Wie hoch waren die Einsparungen in diesem Monat?“ eine tolle, aufwendig visualisierte Auswertung zur Verfügung stellten. Ich aber brauchte nur eine Zahl, am besten auf einem Post-it auf dem Weg zum nächsten Meeting.

Damals erkannte ich, wie oft wir aus Perfektionismus über das hinausschießen, was eigentlich gebraucht wird. Und so kläre ich heute stets genau ab:

- Bis wann braucht jemand ein Angebot, ein Protokoll, einen Artikel von mir?
- Für wen genau sind die Unterlagen? Was ist ihr Sinn und Zweck?
- Was soll ich für ein Meeting vorbereiten?
- Was sind die Erwartungen an das Ergebnis und den Nutzen eines Trainings oder Coachings?

Je genauer ich die Erwartungen abfrage, umso klarer weiß ich, was der Maßstab für diesen Auftrag ist und was das System braucht. Das stimmt oft gar nicht mit dem überein, was die Perfektion mir zuflüsterte. Und so entschied ich zum Beispiel, dass meine Handouts im Training nur noch aus einem Flipchart-Protokoll mit einigen hilfreichen und weiterführenden Impulsen bestehen und nicht mehr aus

45 Seiten, in die eh nur wenige Teilnehmer hineinschauen.

3. Hör auf, dich zu vergleichen

Es wird immer jemanden geben, der erfolgreicher, besser, erfahrener oder belesener ist als wir selbst es sind. Wenn wir uns stets mit den Besten auf unserem Gebiet vergleichen, schneiden wir – große Überraschung – natürlich meist schlecht ab. „Das Vergleichen ist das Ende des Glücks und der Anfang der Unzufriedenheit“, schrieb Søren Kierkegaard. Zumal wir mit uns selbst ohnehin viel kritischer umgehen als mit anderen.

Für unser Leben und Arbeiten ist es nicht relevant, was andere tun oder können. Deshalb macht es Sinn, sich selbst zum Maßstab zu nehmen. Konnte ich etwas gestern noch nicht und habe es heute gelernt, wunderbar! Habe ich gestern gestockt, wenn mich ein Teilnehmer unterbrochen und verbessert hat, und kann ich das heute locker nehmen und für mein Training nutzen, klasse! Ist es mir früher schwergefallen, spontan die richtige Methode für meinen Coachee zu wählen und kann ich heute ganz entspannt aus meinem Methodenkoffer etwas hervorzaubern, Chapeau!

Der eigene Maßstab zu sein entspannt, ermöglicht jeden Tag zu wachsen und bringt mehr Wertschätzung für die eigene Leistung.

Und wer jetzt immer noch nicht davon überzeugt ist, dass gut genug einfach gut genug ist, den erinnere ich an das Pareto-Prinzip. Wir können uns die letzten 20 Prozent sparen, weil wir wissen, dass sie 80 Prozent Arbeit und Zeit kosten. Glauben Sie mir: Es wird niemand merken! ◀◀



Zur Autorin

Tanja Peters

Coach und Expertin für Positionierung und den Weg in eine erfolgreiche Selbstständigkeit.

www.diemutberaterin.de