

Umgang mit Misserfolg

Was uns Fischer antreibt, stundenlang am Wasser zu sein, ist meist die Hoffnung auf einen kapitalen Fang. Dafür kaufen wir die neusten Köder und teures Equipment, informieren uns über ausgefeilte Fangtechniken und opfern viel Zeit. Doch oft genug geht die Fischerseele enttäuscht vom Wasser weg.

Text & Fotos: Bernhard Stegmayer

Es gibt Zeiten, da möchte man selbst das schönste Hobby an den Nagel hängen. Auch dieses Gefühl gehört zur LEIDenschaft.

Interview mit dem Männer-Coach Dirk Schröder

Ausgerechnet heute ist das Wetter ungünstig, beissen die Fische nicht, haben wir den Feumer vergessen, ein zu dünnes Vorfach oder den falschen Köder verwendet, reisst die Hauptschnur, ist die Batterie vom Echolot leer – Gründe, die für den

Frust verantwortlich gemacht werden, gibts hunderte. Wir sind schlecht vorbereitet, zu faul den Köder oder die seit langem verwendete Schnur zu wechseln, sind zu spät am Wasser usw. Es wäre aber fatal, jedes Missgeschick oder jeden im Drill verlorenen Fisch als Selbstverschulden zu sehen. Dennoch kann ein Gefühl von Unzulänglichkeit bleiben oder der Eindruck, das Glück hätten andere gepachtet.

Umgang mit Misserfolg

Speziell Männer streben nach Erfolg. Auch bei ihrem liebsten Hobby. In jeder «Petri-Heil»-Ausgabe erfährt man, wie man erfolgreich fischt und wie einfach es anscheinend ist. Doch wie gehen Männer mit dem Frust um, den sie bei ihrer Leidenschaft erleben? Dirk Schröder ist «Der Männer-Coach» und kennt die Thematik, die sich durch sämtliche Lebensbereiche zieht.

«Petri-Heil»: Dirk, Du bist Segler und viel am Wasser, welche Erfahrung verbindest Du mit dem Fischen?

Dirk Schröder: Ich habe als Kind und Jugendlicher gefischt. Später fehlte mir die Zeit dazu. Aber bei meinen Segeltörns probieren es manchmal Crew-Mitglieder. Obwohl Fischschwärme unter dem Boot stehen, beisst meist keiner an. Die Thematik kenne ich also (lacht).

Glücksgefühle stellen sich meist bei Erfolg ein. Stimmt die Gleichung?

Ich verbinde Glück mit der Erfüllung einer Art Berufung. Das betrifft sämtliche Lebensbereiche wie Job, Familie, Hobbys. Sinnbildlich gesprochen: Fette Beute muss sein! Deshalb wähle ich ein Gewässer, wo ich mich wohl fühle, habe die beste Ausrüstung und lerne von anderen. Zu wissen, was ich gut kann, und dennoch belehrbar zu sein, sind wichtige Voraussetzungen für Erfolg.



Dirk Schröder (l.) im Coaching-Gespräch. Meistens geht es um Beruf, Familie und Beziehungen.

Wenn nun der Erfolg ausbleibt, versucht man sich zu trösten, dass uns die frische Luft gut tut, aber unterschwellig plagen uns Versagensgefühle.

Durch Versagen kommst du auf den Grund deiner Seele. Es löst ein negatives Denkmuster aus,

dessen Wurzeln häufig in der Kindheit liegt. Du bist blockiert und hast Fluchttendenzen. «Siehst du, du kannst das nicht, spiel lieber Tennis.» Die Frage ist, ob du es als Chance oder Niederlage siehst.

Versagen hört sich niederschmetternd an. Ist dies nur eine Sichtweise?

Absolut! Wenn du es als Trainingsprozess ansiehst, dann bringst du die Selbstzweifel zum Verschwinden. Das bedeutet, du musst dranbleiben, dir aber eingestehen, wo du dich verbessern kannst. Alleine das Dranbleiben macht dich bereits erfolgreich. Es ist eine Entscheidung. Und vergiss nicht, über dich zu lächeln.

Wenn aber das momentane Frustgefühl dennoch bleibt?

Dann siehst du wirklich nur den Enderfolg. Einen kapitalen Fisch, den du durch einen Lucky Punch mit viel Glück überlisten willst. Aber dann kannst du auch Lotto spielen. Im Coaching sagt man: «Where the focus goes, energy flows». Das bedeutet, wenn ich mich aufs Scheitern konzentriere, wird der Frust grösser. Das Gegenteil: Wenn ich mich auf die Verbesserung und kleine Erfolge wie z. B. einen erfolgten Biss konzentriere, setzt dies Kraft frei.

Also muss ich umdenken, um mich besser zu fühlen?

Nelson Mandela sagte selbst im Gefängnis: «Ich bin Herr meiner Gedanken.» Darin unterscheiden sich die Typen, die Erfolg haben. Ich rede da gerne mal deutlich: Männer, hört auf zu Jammern! Die Fischerei ist eine Leidenschaft. Das beinhaltet Sehnsucht, Freude und Leid! Du wirst ein glücklicher Fischer, wenn du die Zeit in der Natur genießen kannst und als Trainingseinheit siehst. Nicht nur der Fisch muss beissen, auch der Fischer braucht Biss!



DER MÄNNER-COACH

Dirk Schröder lebt in Eutin (DE), ist Coach und Trainer im Bereich Persönlichkeitsentwicklung, Krisenmanagement, Referent und Autor. Weitere Infos unter www.DerMaennerCoach.de

Wir verlosen drei Exemplare seines Buchs «Riskante Sehnsucht». Schreibe eine E-Mail mit Deiner Postadresse an: gewinnen@petri-heil.ch, Stichwort «SEHNSUCHT», Einsendeschluss ist der 16. Oktober.