

# FREU DICH ÜBER MISSERFOLGE!

## Als ehemaliger Leistungssportler hast du Erfolge und Misserfolge erlebt. Welchen Wert haben die Niederlagen aus heutiger Sicht?

Einen sehr hohen. Im Sport wird ja so schön gesagt, dass eine Niederlage wertvoller als zehn Siege ist – und das ist richtig. Rückblickend betrachtet, hat mich jede Niederlage stärker gemacht. Das ist natürlich nicht von alleine geschehen, vielmehr habe ich durch den Sport früh gelernt, dass zu verlieren nur eines bedeutet: Du warst nicht gut genug. Also setzt du dich hin, analysierst die Niederlage und schaust, wo du dich verbessern kannst. Wenn ich mir meine Niederlagen der letzten 20 Jahre anschau, sportlich, beruflich und privat, dann muss ich tatsächlich dankbar dafür sein, denn ohne sie wäre ich nicht da, wo ich heute bin – und das meine ich ausschließlich positiv, nicht negativ.

## Scheitern bzw. Fehlermachen gehört auf dem Weg zum Erfolg mit dazu. Warum tun wir uns nach wie vor so schwer, das zu akzeptieren?

Ich denke, weil das Scheitern an sich ein Imageproblem in unserer Gesellschaft hat. Alles ist erlaubt, bloß nicht scheitern. Wir lernen erfolgreich zu sein, aber wir lernen nicht zu scheitern und mit diesem Scheitern umzugehen. Uns wird in jungen Jahren schon beigebracht, dass Fehler etwas Schlimmes sind. Das Ganze fängt in der Schule an. Wir werden von klein auf immer nur bewertet und benotet. Anstatt sich einfach mal über die Erkenntnis zu freuen, dass wir auf dem falschen Weg sind und somit die Chance haben, einen besseren zu wählen, werden wir dafür mit einer schlechten Note bestraft. Wir haben auch nicht zwingend Angst davor zu scheitern, wir haben Angst davor, was andere über uns denken, wenn wir scheitern. Denn Misserfolg passt nicht in das Weltbild vieler Menschen. Nur: Wer so denkt, hat ein verzerrtes Weltbild.

## Wie scheidert man „richtig“? Indem man sich aktiv aus der Opferrolle herausbegibt?

In einem ersten Schritt: Ja. Wir müssen anfangen, Verantwortung für unsere Fehler und Misserfolge zu übernehmen. Stattdessen suchen wir oftmals die Gründe für unser Versagen bei anderen. Finden wir sie dort nicht, geben wir sie dem Schicksal. Manchmal mag das auch so sein, aber in den meisten Fällen



**Im Interview:** Markus Czerner, Unternehmer, Sportler, Keynote Speaker und Buchautor für mentale Stärke, Motivation und Erfolg.

liegt die Schuld dafür bei uns selbst. In einem zweiten Schritt dürfen wir keine Angst davor haben zu scheitern. Wer sich von der Angst vor einem Fehlschlag abhalten lässt, etwas zu machen, der ist bereits gescheitert, bevor er überhaupt begonnen hat. Vielmehr müssen wir Fehler machen, um zu wachsen. Wie lernt ein Kind das Laufen? Es fällt hin, steht wieder auf und versucht es nochmal. Immer und immer wieder, bis es laufen kann. Es nutzt jeden Fehlversuch, um besser zu werden. So, wie es jeder erfolgreiche Mensch auch macht.

## Welche Rolle spielt in diesem Kontext die Selbstmotivation?

Eine große. Niederlagen anzunehmen, zu akzeptieren, wieder aufzustehen, weiterzumachen und sich wieder neue Ziele zu setzen, das ist mitunter sehr

schwierig. Dafür bedarf es einer Menge Selbstmotivation. Was viele nicht wissen: Motivation ist nur ein Symptom, deswegen bringt es auch nichts, sich durch externe Reize zu motivieren. Jeder von uns kann sich nur selbst motivieren. Wenn du einen tiefen Grund für das hast, was du machst und wo du hinwillst, dann wirst du auch keine Probleme mit deiner Motivation haben. Du musst dir selbst nur die Frage beantworten, warum du ein bestimmtes Ziel erreichen willst. Je stärker dieses Warum ist, desto weniger werfen dich Rückschläge aus der Bahn.

## Was sollten Gründer/-innen tun, um zu einem offeneren Umgang mit Misserfolgen zu kommen?

Sie sollten erkennen, dass Misserfolg nicht das Gegenteil von Erfolg ist, sondern ein wichtiger Teil davon. Misserfolg gehört zum Erfolg, wie die Luft zum Atmen. Vielmehr noch: Misserfolg macht Erfolg überhaupt erst möglich. Auch, wenn es sich etwas verrückt anhört, aber jedes Start-up sollte sich über Misserfolge freuen, denn richtig genutzt sind sie eine Inspiration für den Erfolg. Sie sind ein Gewinn, wir müssen ihn nur sehen wollen. Meiner Meinung nach sind die stärksten Werkzeuge eines Unternehmers „Versuch“ und „Irrtum“. Wir müssen sie nur nutzen. Vielleicht hilft es Start-ups, sich einmal die Erfolgsgeschichten anderer Unternehmen oder Persönlichkeiten anzuschauen. Du wirst so gut wie niemanden finden, der vor dem Erfolg nicht unzählige Male gescheitert ist. Ohne diese Misserfolge hätte es auch keiner geschafft. Ich finde, das ist eine große Inspiration und sollte jedem Gründer Mut machen, nach Misserfolgen weiterzumachen. ●