

Durch Golfen erfolgreich!

... und erst recht im Business!

Ein Artikel vom Erfolgs- und Mental-Coach Dr. Christian Hanisch

Für den Erfolg müssen wir Grenzen sprengen ... und diese fangen in unserem Kopf an.

Golf ist ein besonderer Sport, weil Sie immer nur gegen sich selbst spielen. Es ist ein Kampf mit Ihrer Technik, Ihrer Ausdauer und Kontinuität sowie Ihrer mentalen Stärke und Fähigkeit, sich das Ziel vor Augen halten zu können.

Die vier Wege zum Ziel:

1. **Die richtige Technik**
2. **Einstellung und Mental-Power**
3. **Am Ball bleiben und Ausdauer zeigen**
4. **Das Ziel heranholen und einlochen**

Mit 50 Jahren habe ich das Golf spielen begonnen. Natürlich wollte ich schnellen Erfolg.

Leider klappte das nicht immer so. Dennoch – ich wollte es. Ich kniete mich mental schnell tief in die Materie des Golfen ein. Schon Das ist ein wichtiger Schritt zum Erfolg. Sie müssen Interesse zeigen und Ehrgeiz entwickeln! Genau das tat ich.

Ich lernte alle Golftechniken im praktischen Training und das Regelwerk über Videos und Bücher. Ich wusste durch meine Arbeit, dass die erste mentale Vorbereitung darin besteht, schon lange, bevor ich überhaupt einen Abschlag mache, ich ihn in mei-



nem Kopf verinnerlicht haben muss. Genauso ist es mit Ihrem Erfolg, er muss schon lange vor Ihrer eigentlichen Arbeit eingepflanzt sein.

Der Winter kam mir also gerade recht, um mich mental vorzubereiten. Ich spielte neben meinem Lernen aus Büchern und anderen Quellen auch viele virtuelle Runden auf dem Nintendo meiner Kinder. Dadurch lernte ich die Strategie, die Platzkunde und die richtige Schlägerwahl. Jetzt wusste ich theoretisch schon alles über Golf, hatte aber noch nie wirklich gespielt. Die Platzreife zu erlangen war die nächste „Hürde“. Eine ganze Stunde dauerte es und ich hatte sie. Laut meinem Trainer, die schnellste, die er je in seiner Laufbahn erlebt hatte. War ich wirklich so schnell? Ja und nein. Ich hatte mich lange vorher darauf vorbereitet. Sie müssen sich auf ihren Erfolg vorbereiten.

1. Lernen Sie die Techniken

Golfen beinhaltet sehr viele verschiedene Techniken. Der lange Abschlag. Das Ziel ist noch weit weg. Stimmt überhaupt die Richtung? Welchen Schwung brauche ich dafür? Dann kommt der Annä-

herungsschlag zum Ziel und dann das Putten und Einlochen.

Sie brauchen dafür einen ganzen Satz verschiedener Schläger. Jeder hat unterschiedliche Aufgaben. Merken Sie es schon? Da

„Golf und Erfolg ist immer nur der Kampf gegen sich selbst! Übertragen Sie die Power Golf Mental Techniken auf Ihr Business!“

müssen Sie erst einmal mit den und gegen die Schläger kämpfen, unerwähnt ist hier noch der Kampf gegen die Landschaft. Damit haben Sie

noch kein Match gewonnen. Um Erfolg zu bekommen, müssen Sie sich jede einzelne Technik aneignen.

Wie sieht es in Ihrem Berufsleben aus? Haben Sie Ihre Techniken richtig gelernt. Üben Sie diese auch immer wieder? Oder ruhen Sie sich auf dem bisher Erreichten aus? Wenn das Letztere zutrifft, dann wird das auch nichts mit Ihrem Handicap.

Beim Golfen bekommen Sie nach jedem Schlag direkt Feedback und zwar von sich selbst. Sie sehen sofort, ob der Schlag seinem Ziel näher gekommen ist oder nicht. Kein Schlag darf wiederholt werden. Wenn Sie ihn vergeigt haben, dann ist er vergeigt.

Sie brauchen den Weg zur perfekten Technik und Präzision. Golf zwingt Sie dazu. Wie sind Sie in Ihrem Job? Bekommen Sie da auch sofort das richtige Feedback? Können Sie es erkennen? Und nutzen? Lernen Sie Golf und übertragen Sie die Techniken auf Ihren Beruf.

Dabei ist es wichtig durch **die 4 Stufen der Kompetenz** zu gehen.

Die Techniken müssen Sie üben. Das findet immer in der 3. Stufe, der **bewussten Kompetenz**, statt. Dort wird das neue mit

1. *Unbewusste Inkompetenz*
2. *Bewusste Inkompetenz*
3. *Bewusste Kompetenz*
4. *Unbewusste Kompetenz*

dem alten Können geübt und verbunden, um es in die Meisterschaft der 4. Stufe, der **unbewussten Kompetenz**, zu erheben.

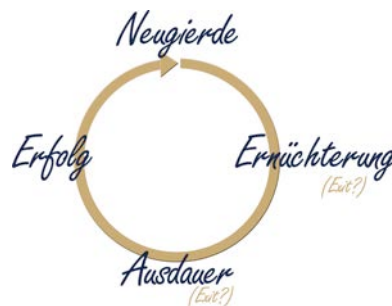
Leider ist das Üben in der 3. Stufe immer holprig und ungewohnt. Deshalb geben hier die Meisten auf. Das ist der Grund, warum „Loser“ nie den Erfolg auf höchstem Niveau erreichen. Sie müssen da durch, sonst werden Sie keinen nachhaltigen Erfolg einfahren. Hunderte Golfabschläge von mir sind erst auch nicht dahin gegangen, wo sie hin sollten. Üben Sie und lernen Sie Spaß am Feedback zu bekommen. Übrigens Golfer üben mehr, als dass sie Turniere spielen. Lernen Sie durch Golfen Ihr Handicap im Job zu verbessern.

2. Ihre Einstellung und Mental Power

Nur die richtige Einstellung und fester Glaube an den Erfolg wird den Ball auch ins Ziel bringen. Der kleinste Zweifel und das Erinnern

an Fehlschläge werden Ihren Erfolg zerstören. Beim Golfen bekommen Sie eine Menge Fehlschläge. Sie müssen es alleine schaffen und können nicht auf einen guten Pass hoffen wie beim Fußball. Nur weil Sie gestern gut waren, sind Sie es am nächsten Tag noch lange nicht. (So hat Deutschland dann auch gegen Spanien 0:1 verloren.) Auf jeden Tag und jeden Schlag müssen Sie sich neu einstellen. Und möglichst den vorangegangenen Fehlschlag sofort abschütteln.

Wenn Sie mit dem Golfen und Ihrem Erfolg starten wollen, werden Sie unweigerlich die **Neugierde-Erfolgs-Schleife** durchlaufen.



1. Zuerst sind Sie voller **Neugierde** und Zuversicht auf Ihren Start zum Golfen.
2. Dann klappt es vielleicht nicht gleich so wie Sie es erwartet haben. Zweifel tauchen in Ihnen auf. **Ernüchterung** stellt sich ein. Soll ich besser wieder aufhören? Das schaffe ich

nicht! Hier geben leider viele schon wieder auf.

3. Wenn Sie sich entschlossen haben, trotz Zweifel **Ausdauer** und Durchhaltevermögen zu zeigen und üben, üben, üben – dann ...
4. ... wird er kommen – Der **Erfolg**. Jetzt sollen Sie ihn auch genießen und feiern. Denken Sie daran: Die Schleife geht schnell wieder von vorne los.

3. Am Ball bleiben

Wenn Sie die Idee der Neugierde-Erfolgs-Schleife verinnerlicht haben wird Ihnen bewusst, dass Sie immer am Ball bleiben müssen. Schlagen Sie den Ball immer wieder, machen Sie weiter, auch wenn es Misserfolge gibt. Misserfolge sind nur Feedback. Sie wissen ja: „*Feedback is Breakfast for Champions*“.

4. Das Ziel heranholen

Das Ziel, das Loch, ist beim Abschlag meistens gar nicht zu sehen. So weit ist es weg. Sie müssen sich jetzt das Ziel in Ihren Gedanken ganz nah heranholen. Lassen Sie gedanklich das Loch vor Ihnen ganz nah und groß erscheinen. Dann putten Sie in das riesige Loch vor Ihnen mit Leichtigkeit ein. Sehen und fühlen Sie Ihren Erfolg schon bevor Sie ihn haben. Was glauben Sie?

Wollen Sie mit mir erfolgreich sein?



Dr. Christian Hanisch

Neuro-Psychologe /Mental-Coach
European Business Academy

Christian Hanisch ist seit ist seit über 20 Jahren in Vertrieb, Training und Coaching bis zur höchsten Spitze von Politik und Wirtschaft unterwegs. Seine Vorträge sind voller Charme und tiefer Direktheit. Er ist ein begnadeter Redner, der sein Publikum im Bann hält und tiefes Wissen vermittelt.

Meine neue Leidenschaft ist das Golfen und andere dadurch erfolgreicher zu machen.

1960 geboren, verheiratet, 2 Kinder

Kontakt:

www.European-Business-Ecademy.de
Hanisch@European-Business-Ecademy.de
Gut Ohlhof 9
D-38644 Goslar
+49 5321 388 242