

# SERIE:

## DAS BESTE GEBEN – WEGE ZUM LEISTUNGSGLÜCK TEIL 2/4

# GEHEIMREZEPT LEISTUNGSGLÜCK

## UND SEINE ZUTATEN

**Kochen gelingt, wenn man weiß, wie es geht. Oder man hat ein Rezept. Oder beides. Ist das im Leben auch so? Wenn es „gelingen“ soll? Ja, es gibt eine einfache Formel, ein Rezept, für die Art und Weise, wie Leistungsglück entsteht:**

**Talent x Umgebung x Freiheit x Umsetzung = Leistungsglück**

Was will ich damit sagen? Wenn wir unser Talent am richtigen Ort, zur richtigen Zeit einsetzen und das auch dürfen, entsteht etwas Besonderes daraus. Viele „Erfolgsgeschichten“ – egal ob große oder kleine – lassen sich auf diese Tatsache zurückführen. Erweitert man die Formel noch um den Faktor Zeit und das Vorhandensein von echten Förderern, dann könnte das folgendermaßen aussehen:

**Leistungsglück x Regelmäßigkeit x Förderer**

Spitzenleistung entsteht nicht von heute auf morgen. Aber sie lässt sich fast nicht mehr verhindern, wenn wir über lange Zeit das tun, was wir am besten können. Und wenn es dann noch Menschen gibt, die das verstärken, indem sie uns unterstützen, dann ... ja, dann ... Finden Sie es für sich selbst heraus! Denn es gibt keine fixfertige Instant-Lösung mit pauschalem Gültigkeitsanspruch. Weil jedes Leben, jeder Mensch ganz einzigartig ist. Aber freundliche „Schubser“ tun uns manchmal gut, in Richtungen, in denen wir Antworten finden. Das kann durch Fragen, Beispiele, Geschichten, Erlebtes und das anschließende Stillwerden geschehen, um in sich selbst hineinzuhören und zu merken, was dort davon „schwingt“. Und falls Sie statt der oben genannten Formeln lieber ein Zitat hätten, dass „es“ auch sehr treffend auf den Punkt bringt, dann lassen Sie Albert Schweitzer zu Wort kommen, der gesagt haben soll: „Erfolg ist nicht der Schlüssel zum Glücklich-sein. Glücklich-sein ist der Schlüssel zum Erfolg. Wenn du liebst, was du tust, wirst du erfolgreich sein.“ Besser kann man es kaum mehr formulieren. Viele von uns sind allerdings nicht glücklich in ihrem Beruf. Das muss so nicht sein. Wir haben es selbst in der Hand, die Stellschrauben unseres Lebens zu drehen und zwar so lange, bis es sich gut anfühlt. Das heißt keineswegs, dass es immer leicht gehen muss. Wird es auch nicht, das können die meisten von uns bestätigen. Aber wie gehen wir damit um, mit all diesen Rückschlägen, Niederlagen, schlechten Tagen und schwierigen Menschen? Nutzen wir sie, um zu lernen, uns weiterzuentwickeln? Manchmal sind es gerade die schwierigen Zeiten, die uns dazu bringen, zu wachsen.

Das wird uns oft erst im Nachhinein klar. Im Moment des Leides wollen wir da nur möglichst schnell raus. Die zentrale Frage lautet: Wie können wir möglichst oft und möglichst viel von dem tun, was wir gut können, was uns Spaß macht? Wie beantworten SIE diese Fragen?

Erfolg ist die Verweigerung, Unwichtiges nicht zu tun. Wir müssen radikal

entscheiden, wofür wir unsere Lebenszeit einsetzen und wofür nicht. Zurückdrehen können wir sie nicht mehr, die Lebensuhr. Aber uns sehr wohl fragen: Was war es in der Vergangenheit, das uns erfüllt hat und was haben wir lernen dürfen? Mit diesem Wissen ausgestattet, lässt es sich vielleicht etwas leichter in die Zukunft schreiten, den Focus allerdings ganz im Hier und Jetzt lebend. Was läuft jetzt gut? Wofür bin ich jetzt dankbar? Fragen haben

**Leistungsglück x Regelmäßigkeit x Förderer = Spitzenleistung** eine enorme Wirkung, sie bringen die Antworten, die für unseren Gefühls-

zustand wichtig sind. Die „richtigen“ Fragen sorgen für „Wellness im Kopf“. Diesen Zustand brauchen wir alle, um gestärkt den Anforderungen des Moments entgegenzublicken und zu sagen: „Hier bin ich, los gehts!“ Ich wünsche Ihnen viel Erfolg dabei!

[www.gendersdialogssociety.com](http://www.gendersdialogssociety.com) 

Gabriel Julius Schandl, CSP

[www.gabrielschandl.com](http://www.gabrielschandl.com)

Er ist Speaker, Trainer, Dozent und Autor. Er gilt als führender Experte zum Thema „Spitzenleistung“. Seit 20 Jahren ist Schandl europaweit als Referent und Vortragsredner tätig. Seine Trainings zeichnen sich durch ausgeprägten Motivationsfaktor, Humor und hohe Nachhaltigkeit aus. Seine unterhaltsamen und mitreißenden Vorträge zum Thema „Spitzenleistung“ überzeugen durch ihre Authentizität und ihren hohen Nutzenfaktor.

