



TIPPS

Schmunzeln Sie doch einmal über sich selbst

Fehlerkultur. Ein konstruktiver Umgang mit Fehlern und Missgeschicken hilft uns, daraus zu lernen

VON MARIA OBERMAIR

Fehler machen ist nicht angenehm – da sind wir uns alle einig! Deshalb versuchen die meisten, das Missgeschick zu vertuschen. Nur wenige stehen zu ihren Fehlern und verspüren Selbstsicherheit, wenn sie ihre Fehler zugeben und darüber sprechen.

Warum ist uns ein Fehler peinlich? Und warum wollen wir Irrtümer verheimlichen? Um diese Frage zu beantworten, müssen wir in unsere Schulzeit zurückgehen. Denn in dieser Zeit haben wir die prägendsten Fehler-Erfahrungen in unserem Leben gemacht. Fehler wurden in Heften rot markiert und zu-

sammengezählt. Die Summe der Fehler ergab unsere Noten. Und aus Angst schlechte Noten zu bekommen, wollten wir unbedingt Fehler vermeiden.

Wir haben Angst, etwas Falsches zu sagen oder zu tun. Wir erwarten, von anderen ausgelacht und verspottet zu werden. Deshalb sagen wir lieber nichts und verhalten uns unauffällig im Hintergrund, aus Angst vor Peinlichkeiten.

Einige Ideen für konstruktiven Umgang mit Fehlern können unserer Fehlerkultur nur gut tun.

Unterscheiden Sie, ob Ihr Fehler bedeutend oder unbedeutend ist. Haben Sie ein

Treffen mit einem guten Freund verschwitzt? Wenn ja, lächeln Sie innerlich darüber und gleichen Sie Ihr Missgeschick mit einer herzlichen Geste aus. Fehler werden verzeihbar, wenn Sie den Mut haben, sie zuzugeben.

Ist ein Menschenleben in Gefahr oder rinnen Millionen durch die Finger? Fehler in großer Dimension passieren eher selten. Wenn doch, sind meist mehrere Entscheidungsverantwortliche daran beteiligt. Bringen Sie das Thema auf den gemeinsamen Tisch und besprechen Sie es eher, als es zu tabuisieren. Sehen Sie Fehler generell als Lern-Chance und wertschätzen Sie die Möglichkeit

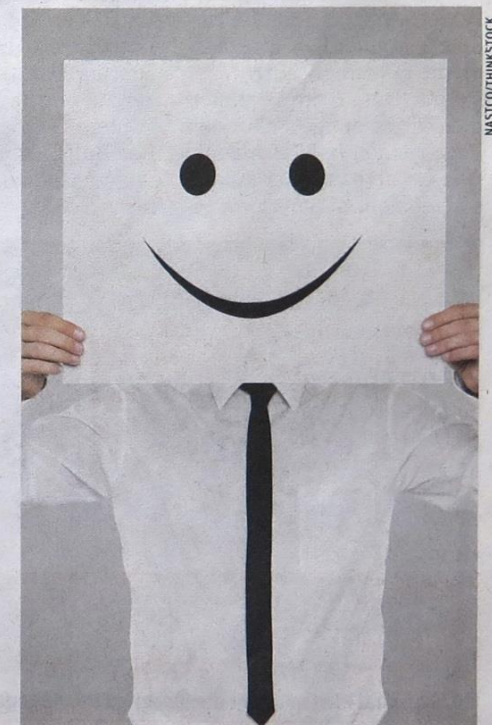
der Weiterentwicklung und des Wachstums.

Nehmen Sie Ihren Fehler mit Humor! Schmunzeln Sie ruhig über sich selbst. Danach können Sie noch immer Ihre Lehren aus Irrtümern ziehen.

Wiederholen Sie keine Fehler. Gehen Sie die Situation noch einmal durch. Decken Sie die Wurzel Ihres Missgeschicks auf und stellen Sie sich dieselbe Situation noch einmal mit einer neuen Lösung vor.

Ihre Maria Obermair, Gesundheits-, Schlaf- und Wohlfühlexpertin.

INTERNET
www.kinmo.at



Über kleine Missgeschicke sollte man innerlich lachen. Ihre Mitmenschen werden Ihnen Fehler verzeihen, wenn sie den Mut haben, sie zuzugeben