



# TUN!

ZTN-Tipp 02/2025



ZTN Training & Consulting e.K. - Deutschland - www.ztn-deutschland.de

## „Eine interessante Zahl“

**H**eute habe ich eine Zahl für Sie, die mich sehr zum Nachdenken brachte.

Roger Federer, Schweizer Tennistar, der in seiner Karriere 20 Grand-Slam-Titel gewann - davon 8-mal Wimbledon - der 310 Wochen auf Platz 1 der Tennis-Weltrangliste stand und 5 mal Weltsporthler des Jahres war, hat in seiner aktiven Zeit 1526 Einzelmatches gewonnen.

Das waren **80%** aller Matches als Tennisprofi.

Jetzt kommt die für mich so interessante Zahl:

Dabei gewann er aber **nur 54%** aller Ballwechsel!

Das heißt, er gewann gerade mal etwas mehr als die Hälfte der möglichen Punkte in seinen Spielen. (Diese Zahl hat er selbst in Interviews bestätigt)

*Was bedeutet das denn dann eigentlich?*

Sicherlich nicht, dass er gar nicht so gut war, sondern einfach immer nur Glück hatte!

• **Federer wusste, wann er loslassen konnte:**

Man kann nicht immer Vollgas geben und versuchen alles zu schaffen, alles zu gewinnen, jeden Punkt zu machen.

Als erfolgreicher Tennisspieler und allgemein als „Mensch“ muss man auch Schwächen zeigen und Fehler machen können und zulassen, dass mal was schief läuft.



• **Federer wusste aber, wann es darauf ankam.**

Das ist das Thema mit der Effizienz und Effektivität.

Federer war sicherlich ein überragend guter Tennisspieler.

Er wusste also, wie man die Dinge richtig macht, richtig Tennis spielt, er war effizient.

Wahrscheinlich gibt es aber viele andere Tennisspieler in der Weltspitze, die genauso gut oder vielleicht sogar besser spielten als er.

Federer aber war effektiv.



Er wusste, wie man die richtigen Dinge macht.

Er konzentrierte sich auf seine wesentlichen, für ihn wichtigen Aufgaben, auf die entscheidenden Ballwechsel.

Wenn er versucht hätte, jeden Ballwechsel zu gewinnen, alles gleich wichtig zu nehmen, wäre er sicherlich nicht so erfolgreich geworden, sondern hätte sich irgendwann verzettelt.

• **Federer konnte auch mit Niederlagen umgehen, konnte verlieren und hat nicht an sich gezweifelt.**

Vielmehr hat er die Niederlagen, die Punktverluste, als unausweichlich angesehen, daraus gelernt und sie als unvermeidbare Schritte auf dem Weg zu seinem Erfolg gesehen.

Ganz ehrlich: Ich mutmaße das natürlich nur.

Ich kenne Roger Federer ja nicht.



*Was bedeutet das alles aber dann eigentlich für uns „Normalsterbliche“ für den Beruf, für unsere Persönlichkeitsentwicklung?*

• **Es ist nicht so schlimm, wenn nicht alles klappt, wenn wir Niederlagen erleiden**

Wir dürfen das dann aber nicht als unser unausweichliches Schicksal ansehen und daran verzweifeln.

Es gibt da ein schönes „neues“ Wort, das dafür oft gebraucht wird:

„**Resilienz**“, also der Umgang mit Schwierigkeiten, Problemen und Niederlagen.

• **Aus Fehlern lernen und sie nicht immer wiederholen**

Vor allem aber jede Niederlage, jedes Problem, als Schritt zur Lösung und zum Erfolg ansehen.

• **Das Wesentliche erkennen und sich darauf konzentrieren**

Nicht wild alles machen wollen, sich in alles einmischen und ohne Nachzudenken drauflos arbeiten.

Bei Führungskräften heißt das „**Mikromanagement**“ oder „**Flucht in operative, unwichtige Tätigkeiten**“, nur damit man beschäftigt ist (oder erscheint).

Wir müssen die Fähigkeit entwickeln, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden.

Beim Erkennen hatte es Federer sicherlich einfacher als wir.

Er wusste, wann der entscheidende Ballwechsel anstand.

Wir müssen manchmal mehr darüber nachdenken.

Das heißt für mich:

- Bewusst Prioritäten setzen
- Ziele setzen und planen
- Reflektieren und ggf. justieren, wo es nötig ist

Konzentrieren kann ich mich aber nur, wenn ich die Kraft dazu habe, also auch mal loslassen kann, nicht ständig und immer Vollgas fahre und mich dann auch nicht von den wirklich wichtigen Aufgaben ablenken lasse.

Sicherlich sind nicht in jedem Job 54% Erfolgsquote ausreichend.

Wenn ein Arzt eine 54%ige Erfolgsquote bei Operationen hat oder ein Pilot 54% seiner Landungen erfolgreich durchführt, so ist das sicherlich etwas wenig.

Aber gerade Ärzte, Piloten oder Menschen in ähnlich verantwortungsvollen Berufen müssen es lernen, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und dann Vollgas zu geben.

Manchmal reicht es aber auch loszulassen, den Autopiloten einzuschalten oder den Co-Piloten fliegen zu lassen und nur gelegentlich mal zu überprüfen.

Ich hoffe, ich habe Sie mit meiner „interessanten Zahl“ auch etwas zum Nachdenken gebracht!



## Dazu passen u.a. unsere Trainings:

### Zeit- und Selbstmanagement:

- ♦ Effizienz und Effektivität
- ♦ Unsere täglichen Zeitfresser
- ♦ Selbstorganisation



### Meine 25. Stunde:

- ♦ Zeit- und Selbstmanagement
- ♦ Zeitfresser
- ♦ Zeittypen