



Alex Ploner, Jahrgang 1976, fliegt Drachen seit 1995. Er wurde 2004 und 2008 Weltmeister in der „Starrschiff“-Klasse und ist amtierender Weltmeister bei den „Flexis“. Außerdem ist er bereits zum 12. Mal italienischer Meister im Motor-Schlittenfahren.

## Herausforderung Misserfolg

Eine Aufgabe kann nicht gelöst, ein Ziel nicht erreicht, ein Vorhaben nicht umgesetzt werden: Was für den einen eine persönliche Katastrophe ist, stellt für den anderen eine Herausforderung dar, es noch einmal oder anders zu versuchen.

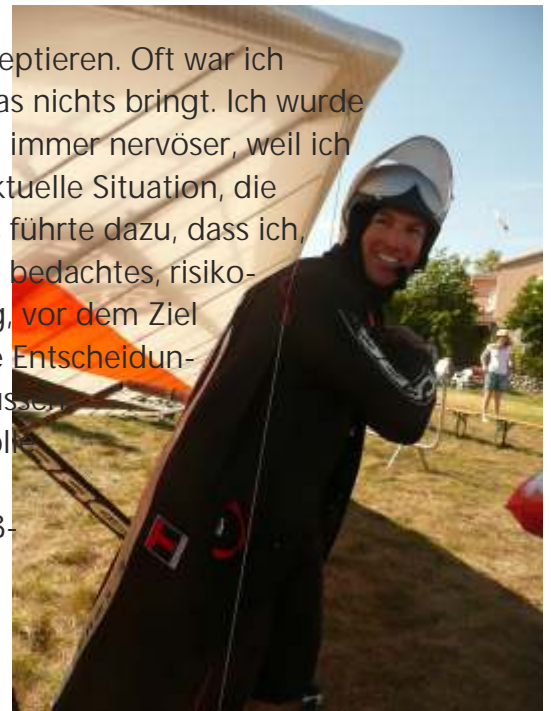
Warum ist Scheitern für einige Menschen Negativ-Stress pur?

Es ist oft der Glaube, keine zweite Chance zu erhalten. Es ist manchmal die Erwartung, dass man zukünftig kein Vertrauen mehr erhält. Dann neigen Menschen dazu, in der Zukunft nur noch auf „Nummer sicher“ zu gehen und ihr Potential nicht mehr völlig auszuschöpfen. Dabei ist Scheitern eine ganz „normale“ Lebenssituation, die einfach ab und zu vorkommt. Eine Chance für persönliches Wachstum und Lernen. Wer diese Stress-Situation nicht als Teil seines Lebens zu akzeptieren vermag, kann gesundheitlich Schaden nehmen. Bluthochdruck, Schlaflosigkeit, Herzrasen oder sogar Depressionen sind typische Symptome. Diese verschwinden erst dann wieder völlig, wenn man die dahinter liegende Ursache erkennt und „verarbeitet“.

Im Extremsport ist es nicht anders als im Geschäftsleben. Bei der im Juli zu Ende gegangenen Drachenflieger Weltmeisterschaft in Ager (Spanien), bei der ich Team Germany wieder mit betreuen durfte, hatte ich Gelegenheit, den amtierenden Weltmeister Alex Ploner (Italien) zu diesem Thema zu befragen.

### Wie fühlst Du Dich in einer Situation des Scheiterns?

Am Anfang ist so eine Situation nicht leicht zu akzeptieren. Oft war ich sehr zornig.....inzwischen habe ich gelernt, dass das nichts bringt. Ich wurde während des Wettbewerbs nach schlechten Tagen immer nervöser, weil ich mich auf die Platzierung und nicht mehr auf die aktuelle Situation, die gemeistert werden musste, konzentriert habe. Das führte dazu, dass ich, anstatt ruhig zu bleiben und meine Position durch bedachtes, risikoarmes Fliegen zu sichern, unnötige Risiken einging, vor dem Ziel landen musste und dadurch wieder zurückfiel. Alle Entscheidungen, die während des Fluges getroffen werden müssen, beruhen aufgrund der vielen Faktoren, die eine Rolle spielen, einerseits auf Erfahrung und andererseits auf Vermutung. Deshalb ist ein Flug mit ausschließlich „perfekten“ Entscheidungen so gut wie nie möglich und Fehler gehören einfach dazu.



Derjenige, der gewinnt, ist nicht fehlerlos geflogen, sondern hat die wenigsten Fehler gemacht.

### 2. Hat sich im Bezug auf den Umgang damit im Laufe Deiner Pilotenkarriere etwas verändert?

Man muss lernen, nur das Positive aus der Situation zu machen. Fehler sind dazu da, um besser zu werden. Ich habe gelernt, dass zuviel Druck, unter den man sich selbst setzt, Energie raubt, die man sonst zur Verfügung hätte, um erfolgreich zu sein. In Ager hatten wir bis zum letzten Durchgang die Möglichkeit, mit dem Team Erster oder Vierter zu werden. Den dadurch entstehenden Druck haben wir vorrangig als Chance, um Erfolg zu haben, wahrgenommen und nicht als Möglichkeit zum Scheitern. Ich denke, das war letztendlich ausschlaggebend. Der „Spirit“ oder das gemeinsame Bewusstsein im Team war hier sehr wichtig. Ich habe in meiner Pilotenlaufbahn gemerkt, dass immer dann, wenn ich richtig Spaß bei einem Flug hatte, also „im Flow“ war, alles fast wie von selbst lief.

Es ist so, als ob die pure Freude und der Genuss am Fliegen gleichzeitig die Energie und den nötigen „Instinkt“ liefern, Entscheidungen richtig und schnell zu treffen. Wenn ich merke, dass ich mich verkrampfe und der Spaß abhanden gekommen ist, weiß ich, dass das keine gute Voraussetzung ist, um zu gewinnen.

### 3. Was ist Dein persönlicher Tipp für den Umgang mit solchen Situationen?

Nach dem Landen versuche ich zu analysieren, in welcher Situation ein Fehler eventuell hätte vermieden werden können und in welcher Situation es einfach Pech war, sich für ein bestimmtes Flugmanöver zu entscheiden. Bei den Situationen, die vermieden hätten werden können, überlege ich, was ich beim nächsten Mal besser machen könnte. Die Fehlentscheidungen, die aufgrund sehr variabler Bedingungen (z.B. stark variierende Windstärken in unterschiedlicher Höhe) getroffen wurden, hake ich unter „hätte auch anders sein können“ ab und mache mir darüber keine Gedanken mehr.

Ich schaue nach vorne, denn:  
Tomorrow is another day!



Herzlichen Dank für das Gespräch!