

Selbstmotivation im Grünen: Wie Golf Ihr Geschäftsleben verändert

Text: Daniela Landgraf

Was haben viele erfolgreiche Menschen aus verschiedenen Branchen gemeinsam? Es sind nicht nur die beeindruckenden Karrieren, ihr Geschick für Finanzen oder die Vorliebe für innovative Ideen. Oftmals ist es das Golfspiel. Golf – dieses faszinierende Spiel, bei dem ein kleiner weißer Ball der Schlüssel zu unternehmerischem Erfolg sein kann. Doch warum ist das so?

Die Grüns als Büros der Zukunft

Stellen Sie sich vor, Sie stehen am Abschlag, der Wind streicht sanft durch die Bäume, und der Duft frisch gemähter Fairways erfüllt die Luft. Hier, weit weg vom hektischen Treiben der Großstadtbüros, ist der perfekte Ort, um den Kopf freizubekommen. Erstaunlich viele CEOs und erfolgreiche Unternehmer betrachten den Golfplatz als erweitertes Büro, denn Golf ist mehr als nur ein Sport. Es ist ein Spiel der Geduld, Strategie und Selbstbeherrschung. Auf dem Golfplatz werden nicht nur Birdies geschlagen, sondern auch die besten Geschäftsideen geboren.

Mentale Stärke – Das echte Handicap

Beim Golf dreht sich alles um mentale Stärke. Und genau diese Stärke brauchen Unternehmer und Führungskräfte, um in der Geschäftswelt erfolgreich zu sein. Entscheidungen müssen getroffen werden, wichtige Projekte verlangen Ihre volle Aufmerksamkeit und der Druck wächst stetig. In solchen Momenten ist es ideal, die innere Ruhe eines erfahrenen Golfers zu besitzen, der selbst im Angesicht eines schwierigen Wasserhindernisses gelassen bleibt.

Ein erfolgreicher Unternehmer weiß: Jeder Rückschlag ist eine Gelegenheit, es beim nächsten Mal besser zu machen. Golf lehrt uns, dass wir belohnt werden, wenn wir durchhalten, selbst wenn der Ball mal im Teich landet. Durchhaltevermögen ist nicht nur auf dem Golfplatz entscheidend, sondern auch im Geschäftsleben. Der Golfsport trainiert uns, mit Enttäuschungen umzugehen, uns immer wieder selbst zu motivieren und weiterzumachen. Mit jedem Erfolg, der dann erfolgt, wird das Selbstwertgefühl und die mentale Stärke weiter gefestigt.

In dem Buch „Mentale Stärke gewinnen“ von Daniela Landgraf werden vier wichtige Essenzen von mentaler Stärke erläutert, die sowohl auf dem Golfplatz als auch im Geschäftsleben elementar sind.

Diese Essenzen sind:

- 1.** Bewusstheit, z.B. über Stärken und Schwächen. Bewusstheit darüber, was gerade gut läuft und welche Golfabschläge oder Geschäfts-Prozesse optimiert werden sollten.
- 2.** Akzeptanz, dass nicht immer alles so läuft, wie man es sich vorstellt. Durch die Akzeptanz von Fehlern oder Niederlagen entsteht Kraft für Neues. Die Devise heißt: „Ändere die Situation oder deine Einstellung dazu.“
- 3.** Vertrauen als Basis. Dazu gehört zum einen Selbstvertrauen. Zum anderen aber auch das Vertrauen, sich einem potenziellen Gegner zu stellen oder mutige Entscheidungen zu treffen.
- 4.** Freiheit, den eigenen Weg zu gehen und auch mal Neues auszuprobieren, unabhängig davon, ob es anderen gefällt. Wer immer nur macht, was er schon kann, wird sich niemals weiterentwickeln.



www.birdie-magazin.de

Golf und die Kunst der Selbstmotivation

Eine häufige Herausforderung für Unternehmer ist die Selbstmotivation. Wie schnell verliert sich manch einer in seiner Routine oder verliert durch Rückschläge die eigene Begeisterung? Genau hier kommt Golf ins Spiel. Jeder Golfschlag erfordert Konzentration, Planung und Präzision. Und genau diese Eigenschaften sind auch im Geschäftsleben unerlässlich.

Golf ist eine Metapher für das Streben nach Perfektion. Es fordert uns heraus, ständig an uns zu arbeiten und uns zu verbessern. Wenn Sie also das nächste Mal auf dem Grün stehen und einen Schlag ausführen, denken Sie daran, dass jeder Golfschlag eine Gelegenheit ist, Ihre Selbstmotivation zu stärken. Wie beim Golf werden Sie auch in Ihrem Geschäftsleben Erfolg haben, wenn Sie sich Ziele setzen und kontinuierlich an Ihrer Leistung arbeiten.

Lachen statt ärgern.

Golf ist manchmal ein frustrierendes Spiel, zum Beispiel dann, wenn der Ball nicht das tut, was er soll, und plötzlich im Sandbunker landet. Doch genau diese kleinen Rückschläge machen das Spiel so charmant. Golf lehrt uns, nicht alles so ernst zu nehmen und über unsere Missgeschicke zu lachen. Schließlich ist das Leben viel schöner, wenn wir es mit einem Lächeln angehen.

Networking auf dem Fairway

Golfplätze sind die perfekten Orte für Networking. Anstelle von langweiligen Konferenzräumen können bei einem entspannten Spiel Geschäftsbeziehungen gepflegt und neue Kontakte geknüpft werden. Die Atmosphäre auf dem Golfplatz ist locker und unbefangen, was es leichter macht, sich mit potenziellen Geschäftspartnern auszutauschen. Manche großen, erfolgreichen Projekte hatten ihren Beginn auf dem Golfplatz.

Fazit: Golf als Lebensschule

Golf ist mehr als nur ein Spiel – es ist eine Schule fürs Leben. Es lehrt uns Geduld, Demut und Ausdauer. Es zeigt auf, wie wir mit Rückschlägen umgehen und uns immer wieder motivieren können. Ob auf dem Fairway oder im Büro, die Prinzipien des Golfsports sind universell und zeitlos.

Machen Sie sich gleich auf den Weg zum nächsten Golfplatz und lassen Sie sich von den Herausforderungen auf dem Fairway inspirieren. Entdecken Sie, wie Golf Ihre Selbstmotivation und ihr Geschäftsleben verändern kann. Manchmal steckt der Schlüssel zum Erfolg in einem kleinen weißen Ball. ●

Daniela Landgraf ist Expertin, Keynote Speakerin und 19-fache Autorin zu den Themen mentale Stärke, Motivation und Selbstwirksamkeit. Neben inspirierenden Motivations-Keynotes und Vorträgen zu Stress und Resilienz bietet sie Kommunikations- und Rhetoriktrainings für Unternehmer, Vertriebsmitarbeiter und Führungskräfte an. Ihr Slogan „Wortspiel – weil Worte wirken“ spiegelt ihre Fähigkeit wider, mit gezielten Worten nachhaltige Veränderungen zu bewirken und Unternehmen auf Erfolgskurs zu bringen.

www.birdie-magazin.de

