



# Buch Personal Leadership

Brian Tracy und Frank M. Scheelen  
mvg, 1999

---

## Rezension

Dieses Buch von Brian Tracy und Frank M. Scheelen greift altbekannte Fakten zur Eigenmotivation und Erfolgsoptimierung auf und bringt diese dem Leser auf eindruckliche Weise nahe. Obwohl das Buch keine wesentlich neuen Erkenntnisse beinhaltet, können Sie die erläuterten Techniken zur Eigenprogrammierung sowohl im privaten als auch im beruflichen Leben optimal einsetzen. Besonders der praxisorientierte Übungsteil am Ende ermöglicht eine einfache Umsetzung der empfohlenen Strategie zur Erreichung der eigenen Ziele. *BooksInShort.com* empfiehlt das Buch leitenden Angestellten und Managern sowie all denen, die Ihre Persönlichkeit stärken und sich auf dem Weg dorthin nicht mit halben Sachen zufrieden geben wollen.

## Take-aways

- Selbst ist der Mann! Zur Führungspersönlichkeit werden Sie nur durch Ihren eigenen Willen.
- Wenn Sie selbst von sich überzeugt sind, werden Ihnen die Menschen folgen.
- Übernehmen Sie bewusst Verantwortung und stehen Sie zu gemachten Fehlern. Misserfolge sind Lernschritte, die Sie immer näher an ihr Ziel bringen.
- Werfen Sie überflüssigen Ballast aus der Vergangenheit ab. Fokussieren Sie die Zukunft.
- Streben Sie immer nach mehr - das garantiert, dass Sie auch immer mehr erreichen.
- Hören Sie niemals auf, sich weiterzubilden. Im Informationszeitalter wird Wissen zum wertvollsten Gut.
- Stress und Belastung entstehen innen. Sie entscheiden selbst, wie sehr Sie darunter leiden.
- Setzen Sie sich feste Ziele und schreiben Sie sie nieder. So verlieren Sie Ihr Vorhaben nie aus den Augen.
- Schlucken Sie Ihren Ärger herunter. Bald wird er von selbst verschwinden.
- "Was du nicht willst, das man dir tu, das füg auch keinem anderen zu!": Behandeln Sie Kollegen und Vorgesetzte so, wie Sie selbst behandelt werden wollen.

## Zusammenfassung

# Sieben Regeln

Die Menschheit machte sich bereits vor hunderten oder gar tausenden von Jahren auf die Suche nach dem Geheimnis des Erfolges. Heute ist die Suche beendet, wir kennen den Grund, warum einige Menschen Erfolg haben - sowohl im Privatleben als auch im Job -, warum manche Menschen glücklicher sind und warum sie länger leben. Wenn Sie selbst auch zu dieser Gruppe der Spitzenleister gehören wollen, müssen Sie nur der Kombinationsschloss-Analogie des Lebens folgen: Spitzenleister haben den Safe des Erfolges schon geknackt und kennen die Kombination, mit der er zu öffnen ist. Beobachten Sie diese Menschen. Eins haben sie mit Sicherheit alle gemeinsam: Sie strahlen eine enorme Selbstachtung, ein immenses Selbstbewusstsein aus. Das ist kein Zufall, sondern eine ganz einfache Rechnung: Je höher Ihr Selbstbewusstsein, desto grösser Ihr Erfolg. Ermitteln Sie einfach die Kombinationsschloss-Analogie für Ihren persönlichen Erfolg und schon bald werden Sie über die Fähigkeit der Personal Leadership verfügen.

„Wenn Sie sich selbst positiv wahrnehmen, haben Sie Kontrolle über Ihr Leben.“

Wie das gehen soll? Prinzipiell müssen Sie lediglich die folgenden sieben Regeln befolgen:

1. Werden Sie selbst besser und Ihr Leben wird besser.
2. Lassen Sie die Vergangenheit hinter sich und wählen Sie Ihren Weg ganz bewusst.
3. Akzeptieren Sie Fehlschläge als Ausschlusskriterien auf dem Weg zur richtigen Lösung.
4. Denken Sie daran: Sie können alles lernen, was Sie für Ihren Erfolg benötigen.
5. Legen Sie sich nie auf einen Weg fest. Schaffen Sie sich permanent neue Alternativen.
6. Für jedes Problem gibt es eine Lösung.
7. Grenzen schaffen nur Sie selbst. Ihre Entwicklungsmöglichkeiten sind grenzenlos.

„Ihre gesamte Welt wird durch Ihr Denken bestimmt. Wenn Sie Ihre äussere Welt verändern wollen, müssen Sie Ihr Denken im Inneren verändern.“

Wenn Sie diese Regeln befolgen, steht Ihrem persönlichen Erfolg eigentlich kaum noch etwas im Wege. Doch ganz so einfach ist es natürlich nicht. Was auf den ersten Blick fast trivial klingt, ist tatsächlich ein hartes Stück Arbeit. Denn Ihre Psyche wurde über Jahre hinweg programmiert, von Eltern, Lehrern, Vorgesetzten - kurz Ihrem gesamten Umfeld. Ihnen wurde eingepaukt, Sie seien un-musikalisch, mathematisch unbegabt oder gar faul? Die so genannte "self-fulfilling prophecy", die sich selbst erfüllende Prophezeiung ist damit meist schon ein integraler Bestandteil Ihres Lebens. Wenn Sie eine neue Aufgabe in Angriff nehmen, dürfen Sie nicht - und zwar unter gar keinen Umständen - damit rechnen, dieser nicht gewachsen zu sein. Denn damit planen Sie quasi bereits Ihr Versagen. Programmieren Sie sich positiv: Sagen Sie sich regelmässig, dass Sie fähig, gut, erfolgreich und beliebt sind, über kurz oder lang wird sich diese Botschaft auch in Ihrem Unterbewusstsein festsetzen. Und von dort auch auf Ihr jeweiliges Gegenüber ausstrahlen. Denn nichts fällt Menschen leichter, als auf die Qualifikation oder Fähigkeit eines Menschen zu vertrauen, der selbst von sich voll und ganz überzeugt ist.

## Übernehmen Sie die Verantwortung für Ihr Leben

Schon bald werden Sie feststellen, dass Sie gerne Verantwortung übernehmen, schliesslich erhalten Sie mit der Verantwortung auch die Kontrolle über Ihr Leben und Ihre Arbeit. Denn denken Sie daran: Sie selbst sind Ihres Glückes Schmied und somit auch dafür verantwortlich, ob Sie im Leben erfolgreich sind oder nicht. Spitzenleister wälzen Fehler oder Missstände nicht auf andere oder die momentanen Umständen ab. Sie übernehmen die Verantwortung und suchen nach Lösungen. Sehen Sie nach vorne, motivieren Sie sich positiv, lassen Sie allen negativen Ballast zurück. Negative Emotionen bremsen Sie auf dem Weg zum Erfolg. Doch Sie allein sind dafür verantwortlich, diese Bremsen zu lösen und den Blick optimistisch nach vorn zu richten.

„Sich auf Erreichtem auszuruhen funktioniert längst nicht mehr. Sie müssen Ihrer Zeit voraus sein.“

Ihre Bremsen können Sie allerdings nur dann lösen, wenn Sie loslassen und vergeben können. Schon Sigmund Freud hat festgestellt, dass negative Empfindungen allesamt angelehrt sind und somit "keinen festen Platz im Unterbewusstsein haben". Vorwürfe, Schuldzuweisungen oder emotionaler Entzug sind der Nährboden für negative Gefühle. Doch Sie können diesen Nährboden zu un-fruchtbaren Wüste werden lassen, wenn Sie derartigen Empfindungen positiv entgegensteuern. Begraben Sie das Kriegsbeil! Wenn Sie enttäuscht, verletzt oder verlassen worden sind, gibt es ein effektives Mittel, den Schmerz, die Wut oder Enttäuschung - alles negative Emotionen - zu überwinden: De-identifizieren Sie sich, nehmen Sie also bewusst Abstand zu der damaligen Situation und

übernehmen Sie die Verantwortung, verzeihen Sie und lassen Sie los. Besonders wirksam ist diese Methode, wenn Sie dies schriftlich tun. Schreiben Sie dem Betroffenen einen Brief, in dem Sie die hundertprozentige Verantwortung für das Geschehene übernehmen, ihm Ihre Vergebung mitteilen und ihn mit den besten Wünschen für die Zukunft aus Ihrem Leben entlassen. Sie werden feststellen: Ihnen fällt eine Zentnerlast vom Herzen.

## **Die Welt unterstützt Ihr Erfolgsstreben**

Wenn Sie Ihre negativen Gefühle einmal unter Kontrolle haben, wird es Ihnen auch nicht mehr schwer fallen, "revers paranoid" zu werden. Die ganze Welt ist plötzlich nicht mehr gegen Sie, sondern konspiriert, damit Sie auf Ihrem Weg zum persönlichen Erfolg möglichst schnell vorankommen. Machen Sie eine mentale Diät: Wie Ihr Körper reagiert auch Ihre Psyche auf einen geänderten Menüplan. Wenn Sie Ihre geistige Kost konsequent umstellen, wird sich das langfristig auf Ihre Persönlichkeit auswirken. Dafür sollten Sie sich klarmachen, dass alles, was Sie im Leben tun oder nicht tun, auf Ihrem Weg zum persönlichen Erfolg von immenser Bedeutung ist. Füttern Sie deshalb Ihren Geist mit "nahrhaften" Zutaten: Lesen Sie Fachliteratur, bilden Sie sich in Kursen weiter und umgeben Sie sich bewusst mit Menschen, die Sie in Ihrem Streben unterstützen und weiterbringen. Fixieren Sie Ihre Ziele auf dem Weg zur Personal Leadership regelmässig schriftlich. Denn was Sie vor sich auf dem Papier sehen, wird leichter Realität als das, was Sie an Vorstellungen in Ihrem Kopf beherbergen.

## **Ziele: Die Voraussetzung des Erfolges**

Beachten Sie bei der Formulierung Ihrer Ziele sieben Regeln, damit können Sie die Umsetzung Ihrer Pläne positiv beeinflussen:

1. Haben Sie keine Angst vor Veränderungen. Denn diese bringen oft Verbesserungen mit sich.
2. Ermitteln Sie Ihre persönlichen Begabungen und Talente, die Sie bei der Realisierung Ihrer Pläne unterstützen können.
3. Forschen Sie in Ihrem Umfeld nach Chancen und Erfolgspotenzialen. Vielleicht müssen Sie für die Umsetzung Ihrer Vorhaben gar nicht so weit gehen, wie Sie glauben.
4. Setzen Sie sich realistische Ziele, die sich nicht gegenseitig ausschliessen.
5. Motivieren Sie sich auf dem Weg zum Endziel durch Meilensteine oder Zwischenziele, die Sie kurz- oder mittelfristig erreichen können.
6. Differenzieren Sie zwischen den unterschiedlichen Zielen. Es gibt familiäre und private, materielle und finanzielle sowie persönliche und berufliche Ziele. Stellen Sie eine Balance zwischen allen drei Ziel-Typen her.
7. Ermitteln Sie Ihren Primärzweck im Leben, bevor Sie andere Ziele formulieren. Ihr Primärzweck, das übergeordnete, allerwichtigste Ziel bedingt sämtliche Pläne in Ihrem Leben. Wenn Sie ihn realisieren, ist die Umsetzung aller anderen Vorhaben meist die natürliche Folge.

„Umso mehr Sie sich selbst mögen, umso mehr werden Sie andere mögen. Und umso mehr Sie andere mögen, umso mehr werden andere diese Sympathie erwidern - und desto glücklicher werden Sie in allem, was Sie tun.“

Sie werden Ihre Ziele jedoch nur dann erreichen, wenn Sie einen Plan haben. Erstellen Sie deshalb Konzepte, wie Sie auf dem Weg zur Personal Leadership vorgehen wollen. Setzen Sie sich realistische Deadlines, die Sie auch einhalten können. Nehmen Sie Stolpersteine zur Kenntnis und entwickeln Sie Mittel, um sie zu umgehen. Fordern Sie von sich persönlich das Äusserste. Halten Sie immer Ausschau nach Situationen, um alles zu geben, und das Wichtigste: Gehen Sie auf Ihr Ziel zu, zögern Sie nicht, auch wenn die Situation einmal nicht ganz so rosig aussieht. Spitzenleister sind "Macher", keine Zauderer.

## **Liefern Sie Ergebnisse!**

Verlieren Sie dabei Ihr Ziel nie aus den Augen und konzentrieren Sie sich darauf. Teilen Sie Ihre Aufgaben in Kategorien von A bis D ein: Alle A-Aufgaben müssen Sie erledigen, da es sonst schwerwiegende Folgen haben würde; alle D-Aufgaben können Sie delegieren. Konzentrieren Sie sich zur richtigen Zeit auf die richtigen Dinge und lassen Sie sich nicht von unwichtigen Aufgaben aufhalten.

„Wer bei einem Meeting nichts einbringt, wird bald als jemand angesehen, der nichts einzubringen hat.“

Um private und berufliche Veränderungen effektiv umzusetzen, sollten Sie folgende Faktoren berücksichtigen: Reorganisation, Re-

strukturierung, Reengineering (Neustrukturierung), Reinventing (Neuentwicklung), Reevaluating (Neubewertung), Rethinking (Überdenken) und Refokussierung. Wenn Sie diese sieben "R" bei der Transformation Ihrer Geschäftsprozesse oder auch im privaten Bereich berücksichtigen, werden Sie schnell feststellen, dass Sie wesentlich schneller Ergebnisse vorweisen können.

„Der Sinn von Organisation besteht darin, Menschen mit unterschiedlichen Stärken dazu zu bringen, harmonisch auf gemeinsame Ziele hinzuarbeiten.“

Und Ergebnisse spielen auf dem Weg zum Ziel eine enorm wichtige Rolle. Vergessen Sie das auch bei Ihrer Karriereplanung niemals. Die Zeiten, in denen Sie sich auf einmal erreichten Ergebnissen ausruhen konnten, sind vorbei. Seien Sie Ihrer Zeit immer ein wenig voraus, leisten Sie immer ein wenig mehr, als von Ihnen erwartet wird, und stärken Sie Ihre schwächeren Erfolgsfaktoren. Hier sind Sie besonders verletzlich. Berücksichtigen Sie in Ihrem Karrieremanagement folgende Faktoren: die Spezialisierung, um auf Ihrem Gebiet schwer ersetzbar zu werden, die Differenzierung, um festzustellen, welche Kompetenzen Sie ausbauen müssen, um auf der Erfolgsleiter weiter nach oben zu klettern. Anschliessend folgt die Segmentierung. In dieser Phase prüfen Sie, wie Sie durch Ihre persönlichen Fähigkeiten und Ihr Wissen Ihre Pläne realisieren können. Der wichtigste Faktor ist jedoch die Konzentration auf den erfolgversprechendsten Bereich.

„Danke ist eines der schönsten Worte, die es gibt, egal in welcher Sprache.“

Vergessen Sie auf dem Weg zur Personal Leadership keinesfalls die Menschen, die Sie unterstützt haben. Teamfähigkeit ist eine der meistgeschätzten Qualitäten im Berufsleben. Auch der Teamleiter sollte sich dabei als Mitglied eines Teams verstehen und seine Mannschaft so motivieren, dass sie optimale Ergebnisse erzielt. Das bedeutet, auch die Stärken und Schwächen jedes einzelnen Teammitglieds zu kennen und sie evtl. zu kompensieren.

## **Keine Chance für Stress und Ärger**

Das alles klingt ganz schön stressig, meinen Sie? Dafür sind Sie selbst verantwortlich! Stress und Anspannung entstehen in unseren eigenen Köpfen, wir selbst sind - wie für fast alles im Leben - dafür verantwortlich. Sie können Ihr Leben wesentlich stressfreier gestalten, wenn Sie sich ausreichende Ruhezeiten einräumen, sich über Ihre Ziele klar sind und sich konsequent darauf zu bewegen, Begonnenes zu Ende zu bringen und mit Hilfe der kognitiven Kontrollmethode Ärger zu vermeiden. Wie das geht? Gebrauchen Sie Ihren Intellekt, um Wutausbrüche oder andere negative Verstimmungen zu vermeiden. Übernehmen Sie mental die Verantwortung - dann kann sich der Ärger gar nicht erst entwickeln. Und wo Ärger gar nicht erst entsteht, ist dafür Platz für Ideen, wie das Problem gelöst werden kann.

„Wenn Sie jemanden vor Publikum loben, verdoppelt das den Wert des Lobes. Wenn Sie jemandem unter vier Augen ein konstruktives Feedback geben, lindern Sie den emotionalen Druck. Also loben Sie im grossen, bewerten Sie im kleinen Rahmen.“

Ein derart konstruktives Verhalten macht Sie sympathisch, sympathische Menschen sind beliebt und beliebte Menschen haben mehr Erfolg. Da schliesst sich der Kreis. Nutzen Sie diese Position jedoch niemals auf Kosten Ihrer Mitmenschen aus. Spitzenleister loben in der Öffentlichkeit und tadeln unter vier Augen. Behalten Sie das Sprichwort "Geteiltes Leid ist halbes Leid, geteilte Freude ist doppelte Freude" im Kopf und verhalten Sie sich entsprechend. Interessieren Sie sich für die Belange Ihrer Kollegen und Mitarbeiter, machen Sie bei Gelegenheit ein aufrichtiges Kompliment und Ihre Beliebtheit wird weiter wachsen.

„Alles was Sie wieder und wieder üben, entwickelt sich zu einer neuen Gewohnheit.“

Letztlich bleibt natürlich zu sagen, dass Sie Ihre Ziele nur dann erreichen werden, wenn das Erreichen dieser Ziele, die Erfüllung Ihrer Träume Sie auch glücklich macht. Deshalb sollte das Hauptziel Ihres Lebens Ihr ganz persönliches Glück sein. Verschenden Sie keine Zeit, den Wunschträumen von Freunden, Bekannten, Verwandten oder Kollegen nachzujagen. Denn das sind nicht Ihre eigenen Ziele! Vielleicht sind Karriere, Geld und berufliche Anerkennung gar nicht die existentiellen Ziele Ihres Lebens? Finden Sie es heraus!

## **Über die Autoren**

**Brian Tracy**, Gründer des Tracy College, entwickelt als international anerkannter Erfolgs- und Managementtrainer effektive Trainingssysteme für Manager und zur Selbstmotivation. Jährlich besuchen mehr als 250 000 Teilnehmer seine Seminare. Sein Train-

ingskonzept wurde im deutschsprachigen Raum von Frank M. Scheelen verbreitet, der in Deutschland auch das Scheelen Institut für Management und Bildungsmanagement ins Leben rief. Darüber hinaus ist der Autor mehrerer Bücher und Fachartikel auch als Berater und Referent von Personal Leadership tätig.

---

---