

# Garbsener Erfolgscoach: „Fehler gehören zum Leben“

Interview mit ...



## Matthias Herzog

**Alter:** 33 Jahre  
**Beruf:** Wirtschaftsingenieur und Buchautor  
**Sport:** Schaffte 2009 den Ironman (3,86 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren, 42,195 Kilometer Laufen) in Frankfurt am Main in zehn Stunden, 42 Minuten, 25 Sekunden.

Foto: Agatha Bielecke

„Spitze sein, wenn's drauf ankommt!“ heißt der Ratgeber des Garbsener Autors Matthias Herzog. Die NP sprach mit ihm.

VON EVA-MARIA WEISS

**Wann kommt es denn drauf an, spitze zu sein?**  
 Es kommt immer drauf an!

**Ein bisschen genauer müssten Sie da schon sein. Immerhin heißt Ihr Ratgeber „Spitze sein, wenn's drauf ankommt“.**

Es beginnt ja schon damit, dass wir manchmal ein unangenehmes Telefonat vor uns herschieben und statt es zu machen, erst die ganze Wohnung putzen oder mit dem Hund Gassi gehen. Wenn wir uns dann endlich durchgerungen haben, ist es im Nachhinein meist weniger dramatisch,

als wir ursprünglich befürchtet hatten. Ganz im Gegenteil sind wir oft erleichtert und fühlen uns danach viel besser.

**Spitze?**

Wenn Sie so wollen. Im Buch vermittele ich, sich gleich bestimmten Situationen zu stellen, ganz nach dem Prinzip: Just do it. Und da kommt es immer drauf an, spitze zu sein. Ob im Beruf, beim Sport oder in Beziehungen. Eben überall, wo jemand mehr erreichen möchte.

**Was kann ich noch tun, um spitze zu sein?**

Das Wichtigste ist, sich ein Ziel zu setzen, das einem wirklich wichtig und konkret formuliert ist. Der Glaube an sich selbst kann als zweiter Schritt betrachtet werden und schlussendlich gilt es zu handeln und dabei Ausdauer zu beweisen. Es geht darum

auch bei Niederlagen einmal mehr aufzustehen, als hinzufallen.

**Für wen ist das nützlich?**

Das gilt für Manager, Mitarbeiter und Sportler genauso wie für Hausfrauen, Kinder und Jugendliche.

**Wieso interessieren sich denn Kinder dafür?**

In manchen Schulen wurde das Buch besprochen, die Kinder interessierten sich sehr dafür und können alles verstehen und umsetzen, weil es in der Du-Form auch für sie ansprechend geschrieben ist. Ich habe sehr positives Feedback von Lehrern und Eltern erhalten.

**Und wie ist es bei Ihnen? Wie oft erwischen Sie sich bei schlechten Angewohnheiten?**

Das passiert häufiger. Nobody is perfect. Das ist auch gut so, denn Perfekti-

on weckt Aggression. Fehler gehören einfach zum Leben dazu. Mein Tag könnte immer noch besser organisiert sein. Ich erwische mich zum Beispiel oft dabei, wie ich im Büro die aktuellen Sportergebnisse im Internet anschau, anstatt mich dem Geschäft zu widmen.

**Ist Sport Ihre Leidenschaft? Sie interviewen ja auch viele Sportler in Ihrem Buch.**

Absolut. Sportler setzen solche Strategien oft und teilweise sogar unbewusst ein. Schon während ich Sportwissenschaften studierte, habe ich von Spitzensportlern erfahren, wie sie sich motivieren, wir haben uns gegenseitig Tipps gegeben.

■ Matthias Herzog: **Spitze sein.** Haufe-Lexware: 264 Seiten, 19,80 Euro.

**Neue Presse**  
 21. September 2010