

Der folgende Text ist eine Übersetzung eines Artikels von David "Blackjack" Sapolis. David hatte diesen Artikel zuerst am 30.11.2001 in der newsgroup rec.sport.billiard veröffentlicht.

**Übersetzung:** Jürgen Clos (D) (<http://www.bcv-neustadt.de/Training/Artikel/Einstellung/einstellung.htm>)

**Originalfassung unter:** [http://www.bcv-neustadt.de/Training/Artikel/Einstellung/einstellung\\_engl.htm](http://www.bcv-neustadt.de/Training/Artikel/Einstellung/einstellung_engl.htm)

David Sapolis:

Einst fragte mich ein Schüler: "Was unterscheidet die Meister vom Rest des Feldes?" Meine einfache Antwort war, dass es die Meister lieben zu lernen und es ihnen eine Freude ist, am Lernprozess teilzunehmen. Meister haben den unersättlichen Wunsch zu lernen und auf dem Gelernten aufzubauen.

Die Meister wissen auch, dass das Lernen ein fortlaufender Prozess ist. Fortschritt und Verbesserung sind auch fortwährende Prozesse, und die Meister verwirklichen dieses und sehen es in einem positiven Licht.

Ein ausgezeichnetes Beispiel dafür ist im Pool-Billard Nick Varner, ein vielfacher Weltmeister. Nick trainiert länger und härter als jeder andere den ich kenne. Nick ist ein Lern-Junkie. Frag ihn. Typen wie er und Johnny Archer können nicht nur mit dem Gewinnen umgehen, sie wissen auch mit Enttäuschungen umzugehen. Man wird Spieler wie Archer und Varner nach einer enttäuschenden Niederlage nicht muffelig und traurig in einer Ecke sitzen sehen. Die Meister verwenden ihre Enttäuschung um sich selbst zu motivieren noch härter zu trainieren.

Wenn wir uns unsere Rückschläge und unsere Enttäuschungen ansehen, müssen wir zuerst nach Lösungen suchen anstatt nach Entschuldigungen, warum wir verloren haben. Meister haben einen systematischen Plan für die Behandlung von Rückschlägen. Sie finden eine Lösung zum Problem oder zum Mangel und erkennen, wie sie das Problem beseitigen. In Trainerkreisen bezeichnet man dies als "eine Schwäche zu einer Stärke machen". Beim Erkennen unserer Schwächen und beim Beseitigen unserer Schwächen bleiben wir im Lernprozess und öffnen damit die Tür zur Verbesserung.

Meister verstehen, dass Enttäuschungen und Rückschläge die Werkzeuge sind, die sie benötigen um sich zu verbessern. Meister bauen auf ihren Rückschlägen auf, sie erlauben sich nicht, sich von Rückschlägen herunterreißen zu lassen. Die Meister verstehen, dass in den negativen Hindernissen die Schlüssel zu den positiven Bausteinen der Verbesserung liegen.

Meister haben auch eine andere Sichtweise für Veränderungen. Wenn eine Schwachstelle identifiziert wird, so liegt auch die Lösung auf der Hand. Wenn die

Lösung das Entwickeln einer neuen Technik ist, so behält der Meister seine positive Einstellung während dem Änderungsprozess bei. Meister sehen eine Änderung in ihrem Stand oder ihrer Stoßvorbereitung nicht als unbeholfen oder unbequem an. Die Meister wissen, dass eine solche Einstellung im Unterbewusstsein zu einem Widerstand gegen die Änderung führt. Leider trifft man gerade im Pool-Billard immer wieder Spieler, die die schnelle Lösung für all ihre Schwächen suchen. Betrachte Entschuldigungen als natürlichen Widerstand gegen Änderungen und Verbesserungen und vermeide sie! Verbesserung braucht immer Zeit.

Während jeden Veränderungsprozesses gibt es Phasen der Selbstzweifel, in denen die Geduld des Spielers auf die Probe gestellt wird. Die Meister zeichnen sich dadurch aus, dass sie in dieser Phase nicht aufgeben. Sie bleiben bei ihrem Vorhaben und bringen ihren Plan durch. Ein Meister schreitet immer vorwärts, niemals rückwärts.

Erwarten Sie nicht den schnellen Erfolg, wenn sie Veränderungen und Verbesserungen an ihrem Spiel vornehmen. Werden Sie vor allem in der Anfangsphase nicht zu ungeduldig. Viele Spieler geben das Erlernen neuer Techniken zu schnell auf, wenn sie keine raschen Verbesserungen spüren.

Üben Sie Verbesserungen zu erkennen und zu bestätigen, egal wie klein die Verbesserung ausfällt. Schreiben Sie sich die Verbesserung auf, führen Sie Buch darüber, zoomen Sie in sie hinein und vergrößern Sie die Verbesserung. Bleiben Sie beim Erlernen einer neuen Technik am Ball, bis Sie diese perfektioniert haben.

Wenn man neue Ideen und Techniken aufgibt, bevor diese die Zeit hatten vernünftig entwickelt zu werden, wird man auf einem Level stehen bleiben, das man längst übersprungen haben möchte. Es macht auf Dauer keinen Spaß, wenn man auf einem Plateau steht ohne das Ende zu erkennen.

Das Aneignen und Aufbringen der richtigen Einstellung ist wesentlich. Es ist nicht das Talent, das einen zur Meisterschaft führt, es ist die richtige Einstellung. Die Meister haben dies erkannt und verstanden und verwenden diese Erkenntnis zu ihrem Vorteil.