

Vorbereitung Ausbildung



Perfektionismus

Raum für echtes Lernen schaffen

ATIAA®
Manufaktur

Perfektionismus

Perfektionismus kann ein grosser **Stolperstein** sein, wenn es darum geht, **wirklich Neues** zu lernen und zu integrieren.

Während der Wunsch, Dinge „**richtig**“ zu machen, **verständlich ist**, steht Perfektionismus oft im Weg, weil er uns **lähmt** und den **Blick für das Wesentliche** verstellt.

Warum Perfektionismus hinderlich ist:

Blockade statt Offenheit:

- Perfektionismus erzeugt die Angst, Fehler zu machen.
- Diese Angst blockiert kreatives Denken und den Mut, etwas auszuprobieren.

Fixierung auf das Ergebnis:

- Perfektionismus führt dazu, dass der Fokus nur auf dem Endziel liegt, statt den Weg und den Prozess zu schätzen.
- Doch genau im Prozess liegt die Chance für Wachstum und echte Lernerfahrungen.

Stress statt Freude:

- Perfektionismus setzt uns unter Druck, und Lernen wird zu einer Belastung statt einer bereichernden Erfahrung.

Die Einladung zur offenen Lernhaltung

Fehler willkommen heissen:

- Fehler sind keine Rückschläge, sondern die besten Lehrmeister.
- Sie zeigen uns, was funktioniert und wo wir ansetzen können.

Eigensinn statt Perfektionismus:

- Jeder Teilnehmer ist individuell, wir stehen alle an unterschiedlichen Ausgangspunkten
- Unsere Rucksäcke sind individuell gefüllt
- Deine Eigeninitiative und dein Engagement zählen mehr als „perfekte“ Ergebnisse.

Lernen als Entdeckungsreise:

- Gib dir selbst die Erlaubnis, Neues auszuprobieren, ohne Angst vor Bewertung oder Scheitern.

Störungen und Herausforderungen sind Teil jedes Lernprozesses und bieten die Möglichkeit, tiefer zu verstehen und zu wachsen.

Indem du **dich traust, solche Momente aktiv anzugehen und Lösungen mitzugestalten**, förderst du nicht nur **deinen eigenen Lernweg**, sondern auch **den gemeinsamen Prozess in der Gruppe**. Denn Lernen bedeutet nicht, perfekt zu sein, sondern **authentisch und offen neue Wege zu gehen**.

Viel Freude bei der Umsetzung!



AIIAA®
Manufaktur