

Wege zum Gipfel

(Methaper für Veränderungen)

Herausforderungen & Chancen:

Es kann hilfreich sein, Herausforderungen (manche nennen dies „Probleme“) in bekannte Bilder und Vorstellungen zu übersetzen. Aus meiner Erfahrung können Verknüpfung von Problemen zu angenehmen Erfahrungen und Bildern aus anderen Bereichen den Zugang zu Lösungen schwierigerer Situationen und Herausforderungen wesentlich erleichtern.

Anhand eines persönlichen Beispiels, dem Bergsteigen, hier ein Einblick wie Herausforderungen mit Hilfe der Symbolik (z.B dem mir angenehmen Bergsteigen) auch noch +gesehen+ werden kann.

Der Berg...

(Herausforderung, Problem, knifflige Entscheidungen...)

- ...ist hoch = fernes Ziel
- Ich möchte dort hin und freue mich auf die Erreichung des Gipfels

Der Aufstieg...

(Der Weg, der Entwicklungsweg, die Wegstrecke, der Gipfel/Zielanstieg)

- ...ist entweder steil und schnell => anstrengend und evtl. gefährlich (evtl. ist das technisch schwieriger, das Risiko ist höher, ich brauche mehr Wissen und Erfahrung um den Weg und mögliche Absturzstellen beurteilen zu können)
- ...oder allmählich ansteigend => benötigt mehr Zeit und evtl. mehr Etappen, längeren Weg, jedoch weniger Kraft und Risiko

Die Seilschaft...

(Betrieb, Familie, Mitarbeitende, Partner usw)

- ...hängt als Gruppe am selben Seil => haben gemeinsam Erfolg oder nicht
- ...Alle unterstützen sich gegenseitig und helfen sich vorwärts, indem sie auf dem Weg bleiben und Herausforderungen unterwegs gemeinsam meistern
- ...besteht aus individuellen Menschen mit unterschiedlichen Stärken & Fähigkeiten. Durch Miteinander entsteht ein Wohlgefühl für Alle Beteiligten (Bedingung für Gelingen)
- ...hat denselben Gipfel als Ziel
- ...legt Touren in bekanntem Gebiete auch mal alleine zurück
- ...holt sich dort Unterstützung oder Anleitung wo es für die Zielerreichung sinnvoll oder unentbehrlich ist

Bergführer/Seilschaffführer

- ...kennt Weg und Ziel (Geschäfts- Projekt- Persönliche Ziele der Beteiligten)
- ...kann sich selbst in Wegweiser-losem & unwegsamem Gelände und Nebel orientieren
- ...hat technisches Wissen, wie man den Weg gehen kann (Möglichkeiten, Wege aufzeigen)
- ...stimmt den Weg auf die Ziele, Fähigkeiten und Möglichkeiten der Beteiligten ab
- ...berücksichtigt bei der Wegwahl auch die Einflüsse von aussen z.B Wetter (Rahmenbedingungen z.B)
- ...weist evtl. auf die für den Wegteil nötige passende Ausrüstung hin
- ...kennt sich mit der optimalen Beladung des Rucksackes aus, damit der Weg angenehm & kraftschonend begangen werden kann
- ...kennt die Methoden, sich fit für den Aufstieg zu machen = Trainer

Der Bergsteiger...

(Betrieb, Betriebsleiter...)

- ...hat individuelle Ziele und seine Art, den Weg zu gehen
- ...hat individuelle Fähigkeiten die er in Seilschaft einbringen kann
- ...muss letztlich selbst über Schwierigkeitsgrad & Zeitbedarf für seine Routenwahl entscheiden
- ...kann nur selbst den Berg besteigen, dh den Weg und gehen und den dazu passend gepackten Rucksack tragen

Bergsteigen lernt man nur durch Bergsteigen

(indem man es tut – nicht indem man davon redet oder Bilder anschaut)

Wertvoll!

- Das (für alle Beteiligten bekannte und gleiche) Ziel ist die Grundlage für den Aufstieg
- Der Beitrag des Einzelnen bestimmt die Stärke der Seilschaft
- Die Stärke der Seilschaft bestimmt den Erfolg des Einzelnen
- Wer vorseilt und wer zurückbleibt, schwächt die Seilschaft
- Optimaler Einsatz der Ressourcen (Kraft, Lebensmittel, Ausrüstung, technische Hilfsmittel, Zeit...) begünstigt die Zielerreichung

Häufige Stolpersteine auf Wegen zu Gipfeln:

- Fehlende Fitness
- Für die Tour (Ziel) unpassende Ausrüstung
- Erst auf dem Weg wird klar, dass die Tour/Etappe Herausforderungen stellt
- Unklare Zielvorstellungen
- Mangelnde oder unklare Vorstellungen über die Wegstrecke verursachen unverhältnismässig hohen Zeitbedarf und übermässigen Energieaufwand bei der Lösung (evtl. auch „rauchende Köpfe“)
- Mangelnde Vorabklärung über die Tour, die Wetter- und Wegverhältnisse bringen Überraschungen mit sich
- Fehlende Alternativen bei Wetterumschwung, blockierten Wegen oder geschlossenen Hütte
- Mangelnde Orientierung – Kenntnis von Ziel und Strecke: direktes drauf los gehen ohne Vorbereitung und dh es ist weder klar, WAS genau geleistet werden muss, noch WIE genau man das tun kann. Wie im Labyrinth merkt man so erst, dass es der falsche Weg ist, wenn es nicht mehr weiter geht
- Zuwenig Kraftreserven
- Unter Stress blockieren die Unsicherheiten auch noch vorhandenes Können
- Überforderung durch unangemessene Länge und Schwierigkeit des Weges z.B. Kletterstellen vor denen man evtl. Angst hat oder Übergänge für die das technische Material fehlt um weiter zu kommen
- Der „ganze Berg“ wird in Angriff genommen, statt in verkraftbare Etappen voranzugehen
- Zwischenstopps und Lagebeurteilungen zwischendurch werden ausgelassen. Man läuft in ein „Wetter“ hinein oder versteigt sich
- Noch nie in Wanderschuhen am Berg gestanden und jetzt „auf einen Chlapf einen 4000er“ ohne vorher entsprechende Vorabklärungen, Wissen, Können, Ausrüstung, Erfahrungen, Fitness, Training gemacht zu haben
- Mangelnde Kommunikation: statt Unsicherheiten durch Rückfragen und Abklärungen auszuräumen, wird erst mal versucht und losgelegt
- Viel Energie wird für das „einfach mal versuchen“ verschwendet
- Angst: Überforderung und Unsicherheit verursachen Angst. Sie kann zu Aggression gegen die Ursache/„Verursacher“, dann zu Flucht (Wegschauen, Vermeiden, Aufschieben etc) und schliesslich zu Erstarrung (Kapitulation, ich kann das nicht, Schicksal, ich bin ein xy-Versager) führen
- Der Rucksack wird einfach mal beladen, ohne vorher abzuklären, wie, was, wie viel ... die zu schwere Last bremst die Tour

Lösungen:

Erreichbarkeit:

- Ziele so stecken, dass sie erreichbar sind. Kleine, erreichbare Etappen bilden eine Kette von kleinen Erfolgen und führen zum grossen Ziel
- Verkräftbare Anstrengung motiviert und erhält Kraft für das grosse Ganze
- Die Ressourcen und deren Grenzen eines jeden Menschen sind individuell
- Bevor Neues angepackt wird, die IST-Situation klären. Was wie wo wann soll/muss zu Gunsten des Neuen Zieles hinterfragt evtl. wegfallen?

Führung:

- Erfolg basiert u.a auf Kenntnissen von Zielen und der Erreichbarkeit derer.
- Die Führung muss die Rahmenbedingungen kennen die das Ziel beeinflussen können, damit das erreicht wird
- Ziele und Weg müssen klar sein, damit jede/r sinnvoll vorwärts mitgehen kann

Selbstdisziplin:

- Für den Weg/neue mir noch unbekannte darf/soll ich auch Unterstützung von aussen annehmen.
- Eigenverantwortung: **Ich bin der Regisseur meines Weges**