

# Die Grundausrichtung: Visionen ziehen an und Werte stabilisieren

- 2.1 Visionen – die »äußere« Dimension – 16**
  - 2.1.1 Visionen ziehen als inneres Bild in Richtung Umsetzung – 16
  - 2.1.2 Visionen stiften tieferen Sinn und spannen Kraftfelder auf – 18
  - 2.1.3 Visionen entwickeln lassen, die innere Haltung für die Umsetzung »mitwachsen« lassen – 20
  - 2.1.4 Pendeln zwischen den Qualitäten der Vision und der konkreten Form einer langfristigen Zielstellung – 23
- 2.2 Werte – die »innere« Dimension – 26**

Welche Qualitäten machen meine Vision vom guten Leben/vom Erfolg/vom Sport aus? Welche inneren Bilder sind durch eine hohe Anziehungskraft erfüllt? Was »trägt« mich und gibt meinem Tun Richtung? Worin besteht der Treibstoff, der Sinn für »all das«? Was sind meine Werte die mir wichtig sind?

*Wolfgang Fasching:*

» Mein Leben ist Bewegung. Damit habe ich den ganzen Tag verbracht. In der Kindheit habe ich den ganzen Tag den Fußball oder Tennisball gegen die Mauer geschossen, stundenlang. Ich war immer in allen Sportarten erfolgreich und ganz breit aufgestellt. Wie auch heute in meinem Berufsleben als Key Note Speaker, Mentaltrainer, Hubschrauberpilot, Buchautor und als Sportler, früher Radfahrer und heute Bergsteiger. Ich habe immer alles über Sportler gelesen. Ich wollte auch einmal sozusagen aus der Zeitung rausschauen. Das war meine Vision ganz im Inneren. Vision ist für mich ein Bild von Abenteuer. Dinge die mir immer im Kopf herumschwirren und mich nicht auslassen. Da weiß ich dann, das möchte und werde ich machen, das muss ich machen. Mich finden diese Abenteuer von selbst. Ich brauch nicht danach suchen. Meine Vision war Sportler zu werden, noch nicht Radfahrer, eher Fußballer, Skifahrer, das war immer faszinierend. In der Kindheit habe ich es nicht so gesehen, heute ja. Das hat mich in die Natur gebracht. Fernsehen war nie ein Thema für mich. Der Sonntag war extrem langweilig, weil alle vor dem Fernseher waren. Das habe ich nie gemacht, an mir sind alle Jugendsendungen vorbeigegangen. (Wolfgang Fasching, 07.03.2012, persönliche Mitteilungen) «

Was für manche Menschen bloße Wunschbilder und Erscheinungen sind, scheint für Sportler eine Grundvoraussetzung des Erfolges zu sein: dass sie bewusst etwas haben, was ihnen Orientierung bietet und letztlich das tägliche Denken, Fühlen und Handeln immer wieder in die gewünschte Richtung lenkt. Eine starke Anziehungskraft! Im wissenschaftlichen Sinne könnte man einfach von hochkomplexen, synaptischen Nervenzellverschaltungen sprechen, doch lebendiger ist es, einfach von »inneren Bildern« auszugehen. Innere Bilder über sich selbst, über die Welt, über den eigenen Körper, über den Sinn des eigenen Tuns und vieles mehr. Das Besondere daran ist, dass wir alle diese inneren Bilder haben und auch immer wieder neue erzeugen, doch sind wir uns derer bewusst? Wissen wir, welche inneren Bilder unseren Lebensweg bestimmt haben, woher sie kommen, was sie bewirken und wohin sie führen? Sportler gehen damit sehr gezielt um und sie spüren, dass Höchstleistungen ohne die Anbindung an starke innere Bilder nicht möglich sind.

» Nach meinem Olympiasieg hatte ich mir alle Kindheitsträume erfüllt und jetzt spüre ich, ich muss mich neu motivieren. Doch ich muss erst noch herausfinden, was mich eigentlich antreibt, so dass ich den

Weg noch mal gehe, um in zwei Jahren wieder ganz oben zu stehen.  
(David Möller, 10.04.2012, persönliche Mitteilungen). «

Die Grundausrichtung, die durch diese (oftmals visionären) Bilder entsteht, liefert Sportlern die Basis, auf der sich ihr Potenzial entfalten kann. Sie spendet die Kraft der Entschiedenheit und ist der Treibstoff in Zeiten von Zweifeln oder Niederlagen. Sie haben die Qualität von »Soul Food« und sind meist verbunden mit dem Gefühl, dass dieses der eigene, richtige Weg ist, dass alles einen tieferen Sinn macht oder man sogar dafür geboren wurde. Wer anknüpfen kann an diese Anziehungskraft einer Vision, einer Kernaufgabe oder eines bestimmten Lebenssinns, der ist sozusagen immer »geführt, gezogen, geleitet, aufgehoben« und an Energiequellen angeschlossen, die sich speisen aus

- dem großen Ganzen,
- dem höheren Sinn,
- dem Glauben an die Vision und
- den großen Lebensentwurf.

Man könnte auch sagen, in diesen inneren Bildern liegt die »spirituelle Fitness« der Sportler, denn viele von ihnen schöpfen aus ihrer Grundausrichtung nicht nur Eindeutigkeit und Wohlfühlklima, sondern auch Gewissheit, Selbstwert und Liebe – letztlich all das, was trägt und hält.

#### innere Bilder

Die Kraft dieser inneren Bilder ist faszinierend, denn niemand bringt sie in unsere Köpfe hinein. Vielmehr entstehen sie durch persönliche Erfahrungen, die uns begeistern und emotional unter die Haut gehen und die wir anhand entsprechender Vorbilder machen. Umgekehrt sind es die inneren Bilder, die entscheiden, welche Veränderungen der äußeren Welt und auch der inneren Welt des Organismus wahrgenommen werden und ggf. mit Reaktionen beantwortet werden. Wesentlich ist die Erkenntnis, dass diese Bilder, Vorstellungen bzw. Visionen unser Denken, Fühlen und Handeln bestimmen.

» Es sind im Gehirn abgespeicherte Muster, die wir benutzen, um uns in der Welt zurechtzufinden. Wir brauchen diese Bilder, um Handlungen zu planen, Herausforderungen anzunehmen und auf Bedrohungen zu reagieren. Innere Bilder sind so maßgeblich dafür, wie und wofür wir unser Gehirn benutzen. (Hüther 2011, Coverpage). «

In diesem Sinne wirken sich unsere Bilder bis auf Zellebene und die Ebene der genetischen Expression aus (Hüther 2011).

Die inneren Bilder, die Sportlern eine persönliche Grundausrichtung geben, speisen sich meist aus zwei unterschiedlichen Dimensionen:

1. Die Vision, ein oder mehrere Bilder, die sich durch ganz bestimmte Qualitäten des Erlebens auszeichnet. Was möchte jemand erleben? Welche Vorstellungen und Qualitäten ziehen an, geben Kraft und energetisieren? Es wird eine Wahl getroffen,

wohin der Weg führen soll und was man dabei erleben möchte. Wir, als Autoren, bezeichnen sie deshalb gerne als »äußere« Dimension, als etwas, was von außen zieht, wie ein unsichtbares Band und im Jetzt nur erlebbar wird, wenn die Erfüllung in der eigenen Vorstellung vorweggenommen wird. So, als ob.

2. Die Werte, mit Vorstellungen, die sich eher als eine »innere« Dimension beschreiben lassen. Als eine Art Anker, der persönliche Stabilisierung (Mitte) bringt und vor allem im Trubel der Ereignisse, unter Druck und in Sandwichpositionen eine innere Ausrichtung sichert sowie Halt und Handlungsorientierung gibt.

## 2.1 Visionen – die »äußere« Dimension

### 2.1.1 Visionen ziehen als inneres Bild in Richtung Umsetzung

#### Vorstellungen und Ideen

Visionen sind Vorstellungen und Ideen, die uns leiten. In der lateinischen Übersetzung steht »videre« für »sehen«, also ein inneres Bild, das mit seinen Qualitäten »sehbar«, beschreibbar und vor allem auch fühlbar ist, wenn auch noch nicht in allen Einzelheiten auf den Punkt gebracht. Höhler (2002) schreibt, dass eine Vision das innere Bild einer zukünftigen Realität ist, die im Prinzip verwirklicht, aber heute noch nicht Realität ist. In der Vision spiegelt sich also eine erstrebenswerte Zukunft wider.

Damit ist die Vision ein klares Anliegen und ein Nutzen für eine Person, idealerweise auch für andere, die durch gemeinsame Überzeugungen und gemeinsame Handlungen umgesetzt wird. Die Umsetzung wiederum unterscheidet eine Vision von einem sehnsüchtigen Wunschbild. Reinhold Messner hat dies auf den Punkt gebracht, indem er den Visionär als einen Realutopisten bezeichnet. Jemand, der aus einem inneren Bild, das für viele andere Menschen reine Utopie ist, eine eigene Vision macht und damit die Kraft für deren Umsetzung in sich spürt und sich auf dem langen Weg der Realisierung sozusagen immer wieder von der Energie nähren kann, etwas Besonders nicht nur zu wünschen, sondern vor allem zu erreichen (Messner 2005).

#### Wunsch und Wille

Eberspächer unterscheidet in diesem Sinne zwischen Wunsch und Willen (2002, S. 122) und gibt beiläufig den Hinweis: man müsse sich nur fragen, was man bei der nächsten Gelegenheit bereit wäre, tatsächlich zu tun, um dem gewünschten Endzustand ein Stück näher zu kommen. Wenn kein Einsatz, keine Handlung, keine Eigenleistung vorstellbar sind, dann empfiehlt er die Wünsche eher wie Pokale in einem Regal abzustellen, sie gerne mal anzuschauen, doch ansonsten keine weitere Energie darauf zu verwenden, weil die Sehnsucht eher viel Energie schluckt als spendet.

Steve Jobs, der fulminante Visionär, schaffte es in seinem Leben, wohl mehr bahnbrechende Visionen als jeder andere Leader

erfolgreich umzusetzen. Beeindruckend, wie er immer wieder die Grenzen von neuen Geschäftsbereichen aushebelte und mit seiner gnadenlosen Qualitäts- und Kundenorientierung bahnbrechend Neues schaffte. Dabei gelang es ihm nicht nur, seine eigenen Mitarbeiter und Aktionäre mitzureißen, sondern auch alteingesessene Domänen wie die Musikindustrie für sich zu gewinnen. Speziell die Gewinnung der Musikbranche für die iTunes-Music-Store-Idee war eine Meisterleistung. Nichts galt damals wohl als größerer Feind für die Musikindustrie als das Internet und die Möglichkeit die Musik zu kopieren, downloaden etc. Jobs Ansatz verfolgte die Idee, dass Musikpiraterie eher eine Sache des Verhaltens als der Technologie war und dass man ganz einfach das Kaufen von Musik online erleichtern sollte, als die Piraterie zu erschweren (Elliot u. William 2011, S. 200ff).

#### Time out

##### Visionen entwickeln sich sukzessiv

*Welche Qualitäten machen meine Vision vom guten Leben/vom Erfolg/vom Sport aus? Welche inneren Bilder sind durch eine besonders hohe Anziehungskraft erfüllt? Was ist so attraktiv daran, wenn sich diese erfüllen, wenn diese erreicht werden?*

*Andreas Sachs erzählt:*

»Meine persönliche Grundausrichtung liegt in der Entwicklung von Neuem, in der Abwechslung, in der Entdeckungslust, im Interesse an fernen Kontinenten und in den Werten Freiheit, Freiraum und Autonomie. Ich kann nicht immer dasselbe machen, das ist mir zu langweilig. Perfektionieren ist nicht meines. Bilder aus Karl-May-Romanen und Winnetou im Speziellen haben mich immer schon fasziniert. Heldensagen und Entdeckerbücher habe ich in der Kindheit verschlungen. Diese Grundbilder und Werte wie Freiheit sind im tiefen Inneren bei mir verankert. Diese suchen sich ein Ventil, über das sie ausgelebt werden können. Nachdem sich dies in meinem Managementjob immer schwerer vereinbaren lies, suchten sie sich wieder den Sport. Es begann intensiver mit Marathons, dann eine Steigerung mit Ironman-Distanzen und reichte von Skilangläufen, wie den Vasalauf über 90 km, über Tourengehen bis zu langen Radtouren. Zwischendurch musste ich meine Rahmenbedingungen durch Umstieg in die Selbstständigkeit ändern. 24 Stunden Rennen am Rad brachten dann endgültig meine Grundbilder wie Abenteuer durch viel Training von der körperlichen Seite in eine umsetzbare Zielsetzung, die sich erstmalig beim Race across America 2009 entlud und mit einem 2. Platz im 4er-Team als Rookie furios endete.« (Andreas Sachs, 26.02.2012, persönliche Mitteilungen)

Übungen dazu finden Sie in unserem Trainingsplan (► Reflexion: Eigene Grundausrichtung erkennen - Visionen und deren Wirkung)

Als Datei zum Download: <http://extras.springer.com> oder <http://www.soom.eu/natuerlich-mehr-leisten/trainingsplaene>.

unter <http://extras.springer.com> oder <http://www.soom.eu/natuerlich-mehr-leisten/trainingsplaene>.

In unserem Trainingsplan finden Sie Möglichkeiten, um Ihrer eigenen Vision auf die Spur zu kommen und sich wesentlicher Lebens- und Arbeitsqualitäten bewusst zu werden. Sie können das auf Ihr privates Leben ebenso anwenden wie auf Ihr professionelles Umfeld und z. B. Ihre Vision im Rahmen Ihrer Führungsrolle erkennen.

## 2.1.2 Visionen stiften tieferen Sinn und spannen Kraftfelder auf

### sinnstiftende Hintergrundbilder

Visionen schenken vor allem Zuversicht und spannen ein Energiefeld auf, innerhalb dessen die notwendigen Willensleistungen auf dem Weg zur Umsetzung leicht werden. Doch das Belebende an Visionen muss erst individuell herausgefunden werden. Wie genau sieht das innere Bild aus, das den persönlichen Sinn stiftet? Bernd Schmidt, ein Systemiker der ersten Stunde, spricht in diesem Zusammenhang von **sinnstiftenden Hintergrundbildern**, die sich zusammensetzen aus

- vergangenen Erfahrungen und inneren Bildern über ein gutes Leben/Arbeiten,
- der gegenwärtigen Kompetenz und Professionalität und
- gewünschten Qualitäten in der Zukunft.

Erst in der Individualität und sozusagen im ganz »eigenen Schwung« entstehen sinnstiftende Kraftfelder, die Außergewöhnliches ermöglichen (Schmid 2005).

#### »Eigener Schwung«

Im Film »Bagger Vance« ist ein Profigolfer wieder auf der Suche nach seinem eigenen Schwung und in diesem Sinne auf der Suche nach inneren Bildern, die ihn ehemals erfolgreich gemacht haben, doch die durch schmerzliche Kriegserfahrungen verschüttet und zerstört wurden. Als er seinen Mentor fragt, worin der »eigene Schwung« besteht, antwortet dieser: aus allem was war, was ist und was sein wird.

Das Kraftfeld eines neuen inneren Bildes und einer eigenen Vision entspannt sich immer durch Integration von neuen Informationen auf bestehende Bilder, so dass diese erweitert werden und letztlich auch das Denken, Fühlen und Handeln ständig neu erweitern können (Hüther 2011). Das ist der Sinn »gelungener« Visionen, wenn sie mit ihren Qualitäten das Bewusstsein und die eigenen Möglichkeiten erweitern.

Das wiederum muss jeder für sich entscheiden, ob sich diese Erweiterung und Stärkung durch ein inneres Bild eher durch konkrete

Zielorientierung oder dauerhafte Handlungsorientierung einstellt. Zwei Beispiele können das zeigen.

### Visionen: der »kleine« Unterschied

Reinhold Messner wählte eine **zielorientierte Variante** aus: seine Vision erfüllte sich mit der Besteigung der vierzehn 8.000er Gipfel, die auf dieser Erde existieren. Thomas Bubendorfer (ein begnadeter Extremkletterer) hingegen begleitet schon lange eine **handlungsorientierte** Vision. Sein Credo lautete: »Ich gehe auf den Berg, um zu klettern und erreiche den Gipfel, weil ich gerne klettere – oben ist alles vorbei« (Sachs et al. 2003, S. 15).

»Das Einzige, was mich interessiert, ist die volle Ausschöpfung meines Potenzials« (ebenda, S. 15).

Während bei Messner der Antrieb aus der Erfüllung kommt, liegt dieser bei Bubendorfer beim eigentlichen Weg. Bubendorfer klettert noch immer, während sich Messner neue andere Visionen und Ziele zur Erfüllung suchen musste.

### Variation: Visionen im Fluss

Auch Jobs' Visionen entwickelten sich von zielorientiert zu handlungsorientiert:

- Von Phase 1 (ca. ab 1976): Macintosh = ein Computer für jeden, über
- Phase 2 (vor iPhone, iPod): Fantasie des Nutzers bedienen, Kreativität beim Nutzer ermöglichen, bis zu
- Phase 3 (iPad, Apps): Content bereitstellen.

Das Schwierige an Visionen liegt darin, die eigenen Bilder anderen zu vermitteln, um diese an Partner und Mitarbeiter zum Mitziehen bzw. Kunden zum Kaufen zu bewegen. Geschieht dies handlungsorientiert, besteht eine gute Chance, dass viele Leute aktiv Ihre Vorstellungen mit einbringen können. Das gelingt am besten über den inneren Sinn der Hintergrundbilder. Bei Jobs war es letztlich ausschließlich sein Charisma, das die verfeindeten 5 Plattenfirmen in einen gemeinsamen Vertrag vereinte. Die vermeintliche Ausstiegsklausel nach einem Jahr wurde von keiner der 5 Plattenfirmen genutzt. Ganz im Gegenteil. Alle beeilten sich, den Vertrag mit iTunes schnell und lange zu verlängern – der Erfolg hatte sich, Dank dem grundlegenden Kundenverständnis von Jobs, natürlich umgehend eingestellt. Auch im Verkaufen nutzte Jobs den »Sinn« approach: Er lässt dich an seinen grundlegenden Visionen teilhaben. Im Gegensatz zu technikverliebten Verkäufern startet er immer mit der Vision und dem Nutzen des Endproduktes anstelle mit den technischen Details. Kein Wunder, dass Firmen wie Apple für Leute so attraktiv sind, kann man sich dort doch bis an seine Grenzen verwirklichen und Besonderes erleben, auch wenn die Begleitumstände des Mitarbeitens und unter Steve Jobs als Chef bei Apple nach außen scheinbar oft nicht ansprechend wirken.

## Visionen: ziel- oder handlungsorientiert?

2

### Time out

#### Visionen: ziel- oder handlungsorientiert?

*Welche Bilder entstehen in Ihrem Kopf, wenn Sie an Ihre Visionen und Ziele denken? Sehen Sie sich am Berg stehen oder sehen Sie sich in Bewegung? Welche Bilder machen Sie erfolgreich? Welche Bilder geben ihnen zusätzliche Kraft?*

Joachim Löw hatte eine neue handlungsorientierte Vision vom Fußball für das deutsche Team. Offensive und Defensive schwimmt dabei: Alle Spieler müssen an der Balleroberung mitwirken, ein Übergewicht am Ball erzeugen und kreative Lösungen nach vorne entwickeln. Bei der letzten Fußball-WM spielte das deutsche Team so fulminant und gipfelte danach in einer EM-Qualifikation ohne Punkteverlust. Aus den alten Tugenden von Kampf und mentaler Stärke hatte sich ein Team von Kreativkünstlern entwickelt, die alle modernen Fähigkeiten des Fußballs im Team vereint.

Auch bei der Fußball-EM 2012 war über weite Strecken eine deutsche Mannschaft zu erkennen, die eine derartig handlungsorientierte Vision wieder belebte. Mit viel Kreativität, verschiedenen Aufstellungen und Spielwitz spielten selbst ganz neue Spieler einen Fußball, der den Zuschauern Freude bereitete. Lediglich im Halbfinale schien es, als ob man sich zu stark auf den sog. Angstgegner Italien fokussierte und damit mental eher blockierte. Der Sieg sollte errungen und Italien bezwungen werden und so geriet die eigentliche Vision, das volle kreative Potenzial auszuspielen, eher in den Hintergrund.

Als Datei zum Download: <http://extras.springer.com> oder <http://www.soom.eu/natuerlich-mehr-leisten/trainingsplaene>.

Erforschen Sie Ihre eigene Vision näher und stärken Sie die Ziel- oder Handlungsorientierung Ihrer Ausrichtung!

Übungen dazu finden Sie in unserem Trainingsplan (► Transfer: Ihre Vision erforschen – Ziel- und Handlungsorientierung stärken) unter <http://extras.springer.com> oder <http://www.soom.eu/natuerlich-mehr-leisten/trainingsplaene>.

### 2.1.3 Visionen entwickeln lassen, die innere Haltung für die Umsetzung »mitwachsen« lassen

Im Interview mit vielen Sportlern stellt sich oftmals eine richtige Karriere der Visionen heraus. Am Anfang, für viele in der Jugend, sind es Kindheitsträume, Wunschziele und vielleicht nicht mal das, denn die inneren Bilder sind ganz allgemein formuliert: »Eines Tages möchte ich mal ganz oben stehen, die Nummer eins sein, zu den Besten gehören, bei Olympia dabei sein.«. Die Augen funkeln beim Anblick von Medaillen und Pokalen und der Erfolg ist handlungsleitend. Für viele realisieren sich diese Erfolge auch wie im Handumdrehen.



Wer Freude an seinem Sport hat und einiges an Talent mitbringt, kann sich schnell an besonderen Leistungen erfreuen.

Doch wenn die Leistungen im Umfeld erst einmal sichtbar geworden sind, fallen manche auch in die Talentfalle. Solange der Sport intuitiv und ohne besonderes Ziel betrieben wird, sind die persönlichen und die fremden Erwartungen niedrig. Werden erste Erfolge sichtbar, ändert sich das. Oft entsteht dann Druck und auch der Wunsch, die guten Ergebnisse wiederholen zu wollen. Doch es gelingt zu diesem Zeitpunkt noch nicht, weil das bewusste Wissen darüber fehlt, wie man seine Leistungen erzielt. Erste Niederlagen und Scheitern folgen. In dieser Zeit entstehen aus den kindlichen Wunschbildern ganz häufig echte Visionen. Zum Traum gesellt sich Entschiedenheit im Sinne einer persönlichen Ausrichtung. Durch Erfolg und Misserfolg wird bewusst, in welcher Sportart, in welcher Disziplin dieser Traum ausgelebt werden sollte. Das innere Bild wird konkreter, Vorbilder werden wirksam und mit dem Wachstum der körperlichen und mentalen Umsetzungsmöglichkeiten entwickeln sich im Laufe der Zeit ganz klare Visionen. Aus Wünschen werden Herzenswünsche.

Wenn Visionen umsetzbar werden, und darin unterscheiden sich erfolgreiche Sportler von weniger erfolgreichen, dann gesellt sich zum inneren Bild eine innere Haltung, mit der die Vision umsetzbar wird. Es geht sozusagen um den Dünger des inneren Bildes. Manche »düngen« ihre Visionen zu wenig und lassen die Kraft, die ein solches Bild entfaltet, kaum zu – vielleicht weil Veränderungen befürchtet werden oder bestehende Loyalitäten (zu Trainern oder nahestehenden Personen) in Gefahr sind. Diese Visionen sind dann manchmal nur die Kümmerversion des möglichen Potenzials. Mut und Bestätigung zu sich selbst und durch Andere sind hier die richtigen Dünger. Für manche bleibt die Vision lange abstrakt und wirkt mitunter abgehoben, hier tut Konkretisierung und der Übergang in langfristige Ziele gut. Manche Menschen knüpfen auch viele Bedingungen von vorne herein an die Vision, nach dem Motto: »es geht nur, wenn dann«. Das führt unter Umständen dazu, dass man sich mit der ständigen Erfüllung der Bedingungen beschäftigt und den eigentlichen Kern der Vision aus den Augen verliert. Hier gilt es, die Essenz zu erkennen und mit Vertrauen in sich selbst zu »düngen«.

Für die Wirtschaft gilt ähnliches. Leader müssen in der Lage sein, ihre Visionen beschreibbar zu machen. Das funktioniert sehr gut über Bilder, die idealerweise begeistern, die mitreißen. Bilder haben den Vorteil, dass sie einfach sind, leicht geteilt bzw. mitgeteilt werden können, leichter Gemeinsames schaffen. So kann man relativ einfach gemeinsame Ausgangsbilder und gemeinsame Zukunftsbilder schaffen. Bilder haben mentaltechnisch den Vorteil, dass sie direkt auf das Unterbewusstsein wirken und damit einen Grathelfer bei der Umsetzung darstellen. Aber auch dahinter stehen innere Haltungen und Handlungsmuster. Passt Vision und Haltung zusammen, entsteht über das gemeinsame Bild ein Zusatzfilter in Form eines Brennglases, dass die notwendigen Funken an Leidenschaft entfacht.

**Wenn Visionen umsetzbar  
werden ...**

## Potenzial innerer Bilder

2

### Time out

#### Das Potenzial innerer Bilder

*Was »trägt« mich konkret und gibt meinem Tun Richtung? Was trage ich als inneres Bild in mir? Was muss mit Mut und Bestätigung »gedüngt« werden? Welche innere Haltung benötige ich dazu. Welche Bedingungen kann ich fallen lassen? Wie stärke ich stattdessen die Entschiedenheit zu meiner Ausrichtung? Wie erhöht sich das Selbstvertrauen bezüglich meines inneren Bildes?*

Toni Innauer, damals Cheftrainer der österreichischen Nationalmannschaft, hatte vor einiger Zeit eine neue Vorstellung vom Skispringen, der durch Jan Böklov ventiliert wurde. Das parallele Anstellen der Skier gegen die Luft sollte einem V-Stil weichen. Das bedeutete ein komplettes Neulernen der Abläufe. Er war so überzeugt von den Zusatzmöglichkeiten an Weite, dass er das komplette Team geschlossen auf den neuen Stil umstellte und damit ein enormes Risiko einging. Das Team war von Anfang an bereit mitzumachen. Es hatte eine klare Vorstellung, wohin es führen musste, auch wenn die Feinheiten der einzelnen Abläufe ein komplettes Neulernen erforderte. Aber er glaubte an das Team und deren Potenzial, sich schneller als andere auf Neues einstellen zu können. Das Risiko zahlte sich aus. Innauer wusste, dass vorübergehend die Leistung absinken würde, bis die neuen Bewegungsabläufe gelernt waren. Es galt Altes zu verlernen und Mut sowie Überzeugung für das sinnvolle Neue aufzubauen. Die traditionell offene Haltung der Springer gegenüber neuen Entwicklungen und das Vertrauen zum Trainer und zu sich selbst machten es möglich.

Die generelle Akzeptanz durch die Bewertungsrichter für diese ungewohnte Haltung brachte den endgültigen Umschwung in der Springerszene. Auch wenn nicht alle Adler auf einmal diesen Umstieg schafften, hatte Innauer mit seinem Team doch 1-2 Jahre Vorsprung gewonnen, bis die komplette Weltelite nachziehen musste, da die österreichischen Adler durch den Weitenvorsprung viele Siege erreichten.

Als Datei zum Download: <http://extras.springer.com> oder <http://www.soom.eu/natuerlich-mehr-leisten/trainingsplaene>.

Übungen dazu finden Sie in unserem Trainingsplan (► Transfer: Durch Visionen Umsetzungsenergie mobilisieren) unter <http://extras.springer.com> oder <http://www.soom.eu/natuerlich-mehr-leisten/trainingsplaene>.

Je attraktiver die Ergebnisse empfunden werden, die mit der Realisierung einer Vision verknüpft sind, desto mehr Energie mobilisiert die Vision in uns selbst und in Anderen.

Natürlich mehr leisten!

Von Sportlern lernen - als Führungskraft erfolgreich  
sein, gesund bleiben

Leidenfrost, J.; Sachs, A.

2013, XIV, 238 S. 13 Abb. Mit Online-Extras., Hardcover

ISBN: 978-3-642-35320-8