

25. - 28. Mai 2011,  
Valldemossa – Mallorca



## DIE MACHT DER INNEREN BILDER

# WIRKUNGSVOLL FÜHREN – INNERE GRENZEN ERWEITERN

## DAS KONZEPT IM DETAIL

Dieses Leadership Special eröffnet den Teilnehmenden durch neue unmittelbare Erfahrungen - die Körper, Geist und Gefühle einbeziehen - ihre „inneren Bewertungsmuster“ und emotionalen Prozesse bei herausfordernden Situationen zu entdecken.

Mentale Muster (stabile neuronale Verschaltungen im Gehirn) lenken unsere Aufmerksamkeit, sie steuern Entscheidungen und lösen „Verhaltensprogramme“ aus. Sie ermöglichen es, viele Situationen unmittelbar – ohne umfangreiche Überlegungen – zu bewerten und zu meistern. Das ist in vielen Fällen sehr praktisch, hat aber auch seinen Preis. **Die durch die inneren Bilder erzeugten Erregungsmuster im Gehirn aktivieren nicht nur passende Handlungsverläufe, sie begrenzen auch Möglichkeiten und schließen Optionen aus.** In Situationen, die neue Herangehensweisen erfordern oder die uns mit Unvorhersehbarem konfrontieren, startet meist ein „Verweigerungs-Szenario“: „das geht doch nie“, „das ist zu riskant“, „das ist zu kompliziert“, „der ist dafür völlig ungeeignet“, „das haben wir immer anders gemacht“....

Den „Gefühlsmix“, der solche Situationen begleitet, nennt man Stress.

**Weiß man, dass die Ursache dieser Einschätzungen und Bewertungen nicht nur von „außen“, von der Situation bestimmt wird, sondern Ergebnis unserer Gedanken ist, dann hält man den Schlüssel der Lösung bereits in der Hand: denn Gedanken kann man auch anders denken.**

Innere Bilder sind nicht nur im Gehirn, sondern auch im Körper abgespeichert. **Kann der Körper neue Erfahrungen machen, so wirkt das unmittelbar auf unsere gedanklichen Annahmen zurück.**

**Klettern eröffnet die besondere Chance, den Zusammenhang von Wahrnehmung – Gedankenbildern – inneren Bewertungen – Gefühlen und konkreten Handlungen unmittelbar zu erleben, ohne komplexe Bewegungsabläufe trainieren zu müssen.**

“Durch Gedanken Grenzen erweitern”



# DIE MACHT DER INNEREN BILDER



Auf der einen Seite gibt es sogenannte Fakten, hier die Struktur des Felsens – sie ist, wie sie ist – und auf der anderen Seite sind unsere Kompetenzen und vor allem unsere gedanklichen Einschätzungen und inneren Annahmen, wie man da seine Route finden kann. Was zunächst als „unbegehrbar“ erscheint, kann durch schrittweise Veränderung der Annahmen und geleitet durch unterstützende, wertschätzende Führung und professionelle, praktische Hinweise zur bewältigbaren Herausforderung werden. Erklärt man sich einen Felsenvorsprung zum „Griff“ und den kleinen Wulst zum „Tritt“, wird man erstaunt feststellen, wie stabil man steht und wie wenig es erfordert, Schritt für Schritt in der Vertikalen voranzukommen. Man gewinnt einen neuen Zugang zu Sicherheit/Unsicherheit – Angst/Vertrauen – Begrenzung/Erweiterung.

## DIE VERKNÜPFUNG MIT DEM FÜHRUNGSALLTAG:

Die konkreten und emotional bewegenden Erfahrungen im Fels werden durch Gespräche, Dialogforen, Coaching auf andere Situationen im Führungsalltag übertragen und so neue Perspektiven zu zentralen Themen von Leadership eröffnet:

**Die Kunst der Motivation** - Wie führe ich mich und andere an Grenzen heran und darüber hinaus, ohne zu überfordern und zu frustrieren?



**Vertrauen** - die Basis für wirksame und erfolgreiche Führung: Vertrauen in sich selbst und in andere, Vertrauen gewinnen und schenken. Wechselseitiges Vertrauen aufbauen, als Grundvoraussetzung Unsicherheit und Unvorhersehbares bewältigen zu können.

**Achtsamkeit** gewinnen und erhalten.

**Sicherheit und Risiko** - die passende Balance finden.

**Unsicherheit und Angst** – als eine wertvolle Ressource zur Bewältigung großer Herausforderungen entdecken und einen adäquaten Umgang finden.

**Verlangsamung und Bedachtsamkeit** - Fähigkeiten, die - im richtigen Moment eingesetzt- die Zielerreichung beschleunigen und die Leistungsfähigkeit erhöhen können.

**Gelassenheit und Leichtigkeit** - der „andere“ Weg, Schwierigkeiten zu überwinden.



## „Durch Gedanken Grenzen erweitern“



# METHODE

Um für die Teilnehmenden eine intensive Beratung und professionelle Begleitung sicherzustellen, ist die Anzahl auf ACHT begrenzt.

## *Das Klettern:*

Erfahrung mit Klettern und sportliches Training sind keine Voraussetzungen für die Teilnahme. Es bedarf jedoch einer gesunden körperlichen Verfassung und der Lust und Neugier, sich an den Fels zu begeben.

Die wunderschöne Landschaft rund um Valdemossa, die Meeresnähe und die **bestens abgesicherten Klettergärten** sind ein Garant für außergewöhnliche Tage und tiefgehende Erfahrungen. Einer der erfahrensten Bergführer Österreichs unterstützt die körperlichen, emotionalen Anforderungen und gibt Impulse für mentale Veränderungen. So werden die Stunden an den Felsen zu aufregenden, fröhlichen Ereignissen und Lernerfahrungen.

## *Das Coaching:*

In **individuellen Coachinggesprächen** mit Susanne Ehmer und Herbert Schober-Ehmer werden Situationen aus dem Führungsalltag neu betrachtet und alternative Herangehensweisen gefunden.

Durch **kurze theoretische Hinweise** und in anschließenden **Übungen** werden Methoden vermittelt, wie man Gedanken „umwandeln“ kann.

**Gespräche mit dem Bergführer** Luggi Kranabetter geben Einblick über existenzielle Erfahrungen mit Führung, Motivation und der Bewältigung von Grenzsituationen.

## *Die Vertiefung:*

In der **Gesprächsform des Dialogs** mit allen Teilnehmenden werden die Wege, Verschaltungen und zum Teil sehr festgelegten Muster der Gedanken während des Denkprozesses beobachtbar. Eine unmittelbare „Kurskorrektur“ im Denken und damit eine schrittweise Veränderung der inneren Bilder und mentalen Modelle wird dadurch angestoßen.

**„Denkprozesse, die man sich erschließt, kann man auch beeinflussen“.**

Zur Ausschreibung und Anmeldung klicken Sie bitte hier: [\(PDF-Download\)](#)

### **Das Redmont Team:**

Dr. Susanne Ehmer  
Mag. Herbert Schober-Ehmer  
Luggi Kranabetter

Redmont GmbH & Co OG  
Geschäftsführer:  
Dr. Susanne Ehmer × Mag. Herbert Schober-Ehmer  
Dr. Doris Regele × Dipl.-Ing. Wolfgang Regele

Erste Bank · BLZ 20111 · Kto. 29529218800  
IBAN AT412011129529218800 · BIC GIBAATWWXXX  
Handelsgericht Wien · FN 355830f  
UID ATU66173678

Passauer Platz 5/13

A – 1010 Wien

[www.redmont.biz](http://www.redmont.biz)