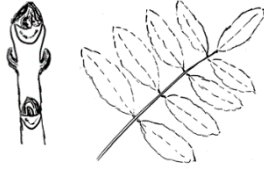


Wie verankern wir das Erlebte im Wald?

Indem Wahrnehmungen und Erlebnisse im Wald mit einem selbst und seinem Umfeld im Alltag verbunden werden. Bei ähnlichen Situationen gelangen sie wieder ins **eigene Unterbewusste**.

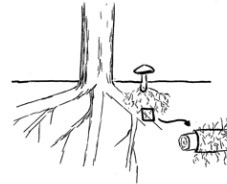
Aus Knospen entstehen Äste mit Blättern und Blüten.

→ Welche Ideen reifen zu Projekten?



Wurzeln von Bäumen und Myzel von Pilzen interagieren für einen beidseitigen Vorteil.

→ Wie sehen unsere Wechselwirkungen aus? Wie gehen wir mit ihnen um?



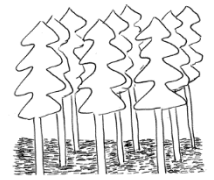
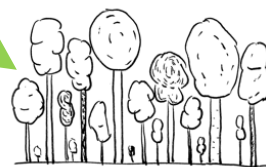
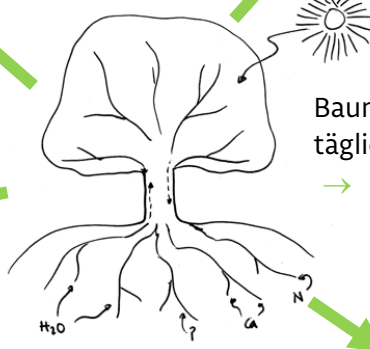
Wunden, Krebse und andere Krankheiten schwächen oder lassen einen Baum absterben, sofern er nicht mehr genügend widerstandsfähig ist.

→ Wo fühle ich mich schlapp oder ist das System krank? Wie werden wir resilienter?



Baum hat Leitbahnen, um sich täglich zu versorgen.

→ Welche Ressourcen nutze ich?



Ein Keimling entwickelt sich zu einem grossen Baum als Teil des Waldes bis hin zu einem absterbenden toten Baum.

→ In welcher Entwicklungsphase sind wir? Welche Eigenschaften sind prägend?



Wälder bestehen aus Bäumen mit unterschiedlichem Alter, Wuchshöhe, Stammdicke und Arten bis hin zu gleichaltrigen, gleichförmigen Monokulturen.

→ Wie sieht mein Umfeld aus? Welche Struktur und Vielfalt sind in verschiedenen Situationen sinnvoll?

Mentale Modelle und effektiver Umgang mit dem Unterbewussten

«Man reflektiert über seine inneren Bilder von der Welt, bemüht sich um ihre kontinuierliche Klärung und Verbesserung und erkennt, wie sie die eigenen Handlungen und Entscheidungen beeinflussen.» (Senge et al., 2008: 7)

«Metaphern und geistige Bilder sind eine erfolgreiche Methode, um das Unterbewusstsein auf einen Punkt zu konzentrieren. Weltklassemchwimmer haben zum Beispiel festgestellt, dass sie tatsächlich schneller schwimmen, wenn sie sich vorstellen, dass ihre Hände doppelt so gross seien wie in Wirklichkeit und ihre Füsse Schwimmhäute hätten. ... Aber letztendlich hängt die Effektivität all dieser Methoden davon ab, dass man weiss, was einem selbst das Wichtigste ist. ... Das Wichtigste bei der Entwicklung des unterbewussten Rapports, ..., ist schliesslich das echte Interesse an einem erwünschten Ergebnis, die tiefe Überzeugung, dass man das «richtige» Ziel anstrebt.» (Senge 2011: 183f)

Senge Peter, Kleiner Art, Smith Bryan, Roberts Charlotte, Ross Richard (2008): Das Fieldbook zur Fünften Disziplin. Schäffer-Poeschel Verlag, Stuttgart. S. 687.

Senge Peter (2011): Die fünfte Disziplin – Kunst und Praxis der lernenden Organisation. 11. Auflage, Schäffer-Poeschel Verlag, Stuttgart. S. 500.