



„Das Innen wird unaufhörlich zum Außen.“

James Allen

I Thema: „Mit persönlicher Visionsarbeit ins neue Jahrzehnt“

1. Visionsarbeit – was ist das?
2. Wie Wirklichkeit entsteht – Zur Bedeutung von Visionen aus systemischer Sicht
3. Was ist Visionsarbeit im Kontext von Organisationen?
4. Das Leitbild
5. So erkennen Sie Ihr persönliches Leitbild

II Seminarangebot „Visionsarbeit“

III Literaturhinweise zum Thema

I 1. Visionsarbeit – was ist das?

Eine „Vision“ ist laut Duden ein „inneres Gesicht“, eine „(übernatürliche) Erscheinung“. Sie kann sich allerdings auch als „Trugbild“, „Sinnestäuschung“ oder „Halluzination“ herausstellen. Der Begriff ist ambivalent, lässt den Träger der „Vision“ – je nach Beobachtungsstandort – als ent-rückt (sehend, wissend) und ver-rückt (krank, wahnhaft) erscheinen.

Heute versteht man darunter meist weniger dramatisch das „(Vorstellungs-)Bild, das man sich von etwas, insbesondere der Zukunft macht“.

Zu dem, was man gemeinhin unter „Vision“ versteht, scheint „Arbeit“ überhaupt nicht zu passen. Bis ins 16. Jh. war damit stets herabsetzend eine „unwürdige, mühselige Tätigkeit“ gemeint und bis in die Neuzeit wurde Arbeit mit „schwerer körperlicher Anstrengung, Mühsal und Plage“ gleichgesetzt. Im modernen Sprachgebrauch wird damit, „die zweckmäßige Beschäftigung mit etwas“ oder eine „berufliche Tätigkeit“ zur Existenzsicherung, Mittelbeschaffung oder Selbstverwirklichung verstanden.

2. Wie Wirklichkeit entsteht – Zur Bedeutung von Visionen aus systemischer Sicht

Seit Kant wissen wir, dass es keinen Zugang zur „Wirklichkeit-an-sich“ gibt. Der Mensch nimmt sich und seine Umwelt auf dem Hintergrund bisheriger Erfahrungen wahr. Das vorhandene kognitiv-emotionale Bezugssystem (die Welt seiner Begriffe, Gefühle und Absichten) richtet die Aufmerksamkeit aus, filtert die Reize, strukturiert und bewertet die eingehende Information. Das Ergebnis, die Wahrnehmung, wird in das vorhandene Bezugssystem integriert oder aber führt – wenn der Unterschied zu groß ist – zu dessen Umstrukturierung.

Von Kindesbeinen an entwickeln wir so bis zum Lebensende unser Bild von der Wirklichkeit als „innere Landkarte“ von der Welt um uns herum, dessen, was die Phänomene sind, die uns begegnen,



welchen Wert sie für uns besitzen, wie sie funktionieren und wie man mit ihnen umzugehen hat, wenn man bestimmte Effekte erzielen will. Was wir „Wirklichkeit“ nennen, wird konstruiert und aufrechterhalten durch die mentalen Modelle, die wir uns von ihr machen.

Visionen sind markante Punkte auf der inneren Landkarte, die Leuchtpunkte, die Attraktoren, auf die hin wir uns und unser Leben orientieren. Sie geben dem Vielen im Neben- und Nacheinander Sinn und richten es aus. Visionen sind (sinnlich vermittelte) Bilder vom Ganzen, die einen signifikanten Unterschied zum Status Quo (zum Hier und Jetzt) machen, auf eine (gute) Zukunft ausgerichtet sind und die Gegenwart in Bewegung bringen.

Persönliche Visionsarbeit ist von ganz zentraler Bedeutung:

- sie hält der Gegenwart einen kritischen Spiegel vor, hinterfragt die gängige Praxis
- sie verheißt eine bessere Zukunft, begeistert dafür
- sie setzt Ressourcen und Energien frei
- sie eröffnet neue Spielräume, treibt Wandlung und Entwicklung voran
- sie gibt dem Ganzen und seinen Teilen, Stabilität und Veränderung, dauerhaft und nachhaltig eine Sinn- und Zielperspektive.

3. Was ist Visionsarbeit im Kontext von Organisationen?

Die methodischen Ansätze zur Entwicklung von Visionen sind relativ neu. Nach Jahren distanzierter Haltung gegenüber allem, was nicht „objektiv“ begründbar und empirisch-wissenschaftlich ableitbar war, kamen Visionen und methodische Ansätze zu ihrer Entwicklung (etwa Zukunftswerkstatt, Zukunftskonferenz oder Open Space) seit Ende der 1980er Jahren immer stärker in Mode. Heute gehören sie zum Standardrepertoire in Beratungsprozessen.

Eine zentrale Prämisse aller Ansätze ist, dass Visionen weder vorgeschrieben werden können, noch einfach von selbst entstehen. Sie entwickeln sich im Dialog. Visionsarbeit braucht Raum und Zeit, damit sich das kreative Potential der Beteiligten entfalten kann, sie braucht Struktur und Methode, um aus der Vielfalt der Möglichkeiten und Verzweigungen das „gemeinsame/innere Bewegende“ zu finden und daraus die Konsequenzen für die konkrete Gestaltung der Organisation abzuleiten.

4. Das Leitbild

Es gibt viele Namen für das Bedürfnis für sich einen passenden Standort im Leben zu finden: Lebenssinn, Lebensaufgabe, Visionsarbeit, Leitbildentwicklung, Positionierung, Authentizität, Integrität, Berufung. Es benennt den Spannungsbogen vom Sein zum Tun. Oder wie James Allen in seinem Buch „As a Man Thinketh“ schreibt, „Das Innen wird unaufhörlich zum Aussen“.

Die meisten Menschen richten ihr Leben an vorgegebenen äußeren Strukturen aus und passen sich diesen Vorgaben an. Wir „plumpsen“ von einem Zufall in den nächsten. Schule, Ausbildung, Beruf meist hangeln wir uns da eher durch, als das wir bewusst entlang unserer Lebensaufgabe diese Prozesse gestalten. Wie auch? Es gibt noch kein Schulfach das uns beibringt wie wir unseren inneren Kompass finden und einsetzen können. Dieser elementare Prozess ist mehr oder weniger unserer freien Gestaltung überlassen. Und in der Regel haben die meisten Menschen keine Ahnung wie sie zu diesem inneren Kompass kommen. Dabei ist er das Fundament jeder Entscheidung.

Der weltweit anerkannte Experte für persönliche und berufliche Entwicklung Stephen R. Covey und Professor für Business Management in seinem Buch „Zeitmanagement – Der Weg zum Wesentlichen“ postuliert: Wir alle machen uns ein Bild von der Zukunft und beeinflussen damit aufs engste unsere Entscheidungen und unsere Lebensführung. Ist unser inneres Bild, also unsere Visualisierung unserer Zukunft. Ist unsere Vision begrenzt und reicht nicht über das nächste Fußballspiel am Samstag



hinaus, dann reagieren wir nur auf dringende Angelegenheiten, auf den Impuls des Augenblicks, auf unsere wechselnde Gefühle und Stimmungen, auf das eingeschränkte Bewusstsein unserer Möglichkeiten, auf die Prioritäten anderer.

Wer mehr aus seinem Leben machen möchte, der braucht eine klare Ausrichtung, ein Leitbild, um auf der Spur zu bleiben.

Wir kommen auf die Welt und unterscheiden uns, bedingt durch unsere genetische Komposition, per se von allen anderen Menschen. Hinzu kommt noch unsere einzigartige Sozialisierung, die so kein anderer durchläuft. Wir sind also für eine persönliche Lebensaufgabe geschaffen, da niemand sie genau so vollbringen kann wie wir selbst. Ob es einen größeren Plan hinter unserem Leben gibt, ob unsere Seele einen Auftrag bekommen hat und ob wir etwas ganz bestimmtes aus göttlicher Sicht zu erfüllen haben, kann nicht mit Bestimmtheit gesagt werden. Das darf wohl jede/r für sich selbst beantworten.

Menschen, die diese Lebensaufgabe für sich erkannt haben, empfinden eine Passgenauigkeit zwischen ihrer Persönlichkeit und der Aufgabe. Sie berichten von einem Gefühl des Angekommenseins.

5. So erkennen Sie Ihr persönliches Leitbild

Ein persönliches Leitbild steht für das Endergebnis Ihres Tuns. Es ist ein Bild, das Ihr vollendetes Werk darstellt. Es repräsentiert Ihr Ideal. Alle wesentlichen Veränderungen und Neuerungen haben mit einer Vision begonnen. Es ist ein grundlegendes Bedürfnis des Menschen, sich die Zukunft vorzustellen. Ohne Vision verkümmern die Menschen.

Die wichtigsten Elemente eines überzeugenden Leitbildes sind:

1. Es ist schriftlich festgehalten

Vertrauen Sie nicht auf Ihr Gedächtnis. Die meisten von uns erinnern sich nicht einmal, wo Sie den Autoschlüssel abgelegt haben. Verwahren Sie Ihr schriftliches Leitbild an einem Ort, wo Sie es sich jeden Tag in Erinnerung rufen können.

2. Es ist in der Gegenwart abgefasst, so als wäre es bereits eingetreten

Der Verstand bewegt sich immer im „Jetzt“, er kennt keine andere Zeit. Wenn Sie denken: „Ich werde versuchen, morgen dies oder das zu tun“, wird der Verstand den „Versuch, etwas zu tun“ abbilden, was in der Realität gleichbedeutend damit ist, dass Sie es nicht getan haben.

3. Es deckt möglichst viele Bereiche ab

Ihre Vision sollte alle Bereiche Ihres Lebens umfassen. Berücksichtigen Sie neben dem beruflichen Alltag Ihre Freizeit. Hier könnten wichtige Ressourcen liegen.

4. Es enthält detaillierte Beschreibungen, die es in der Realität verankern

Das Gehirn denkt in Bildern. Je plastischer diese Bilder sind, desto mehr kann es speichern. Mit jedem Detail, das Sie erwähnen (Farben, Gerüche, Geräusche) gewinnt Ihre Vision an Realität.



*„Unsere Wünsche sind
 die Vorboten der Fähigkeiten, die in uns liegen.“
 Johann Wolfgang von Goethe*

Entwerfen Sie die Vision Ihres Lebens

(nach P. Senge)

Stellen Sie sich vor, Sie hätten die Ziele in Ihrem Leben erreicht, die Sie so sehnlich herbeiwünschen. Wie würden sie aussehen? Welche Wirkung hätten Sie? Mit welchen Worten würden Sie sie wohl beschreiben?

Selbstbild: Wenn Sie genau der Mensch sein könnten, der Sie sein möchten, über welche Eigenschaften würden Sie verfügen?

Greifbare Ziele: Welche materiellen Dinge würden Sie gern besitzen?

Wohnung: Was ist für Sie die ideale Lebensumgebung?

Gesundheit: Welche Wünsche haben Sie im Hinblick auf Gesundheit, Fitness, Sport und alle Aspekte, die mit Ihrem Körper zu tun haben?

Beziehungen: Welche Art von Beziehungen würden Sie gerne zu Freunden, Familienangehörigen und anderen Menschen haben?

Arbeit: Was ist für Sie die ideale berufliche Situation? Welche Auswirkungen sollten Ihre beruflichen Anstrengungen haben?

Persönliche Bestrebungen: Welche Ziele möchten Sie in kreativen Bereichen wie persönlichen Lernerfahrungen, Reisen, Literatur oder bei anderen Aktivitäten gerne erreichen?

Gemeinschaft: Wie sieht Ihre Vision für die Gemeinschaft oder die Gesellschaft aus, in der Sie leben?

Anderes: Gibt es weitere Bereiche in Ihrem Leben, in denen Sie etwas Kreatives schaffen möchten? Welche Ziele möchten Sie in diesen Bereichen verwirklichen?

Lebenszweck: Stellen Sie sich vor, Ihr Leben würde einem einzigen Zweck dienen, den Sie durch das, was Sie tun, durch Ihre Beziehungen zu anderen Menschen und durch Ihre Lebensweise erfüllen. Beschreiben Sie diesen Aspekt wie einen weiteren Aspekt Ihrer Vision.

Schreiben Sie nun Ihr persönliches Leitbild und beziehen Sie Ihre Antworten auf die vorhergehenden Fragen ein.

II Seminarangebot „Visionsarbeit“

Bei Interesse an begleiteter Visionsarbeit informieren Sie sich über die Möglichkeit der

- Begleitung bei „Persönlicher Visionsarbeit im Einzelsetting“
- Über das Seminar: „Persönliches Leitbild und Lebensaufgabe (Mission-Finding)“ für Gruppen (anrechenbar als psychotherapeutische Selbsterfahrung) und über
- Begleitung bei Leitbildprozessen in Organisationen

Gerne übermittle ich Ihnen ein Angebot.



III Verwendete und /oder empfohlene Literatur/Links zum Thema

- Bock, Petra: *Die Kunst, seine Berufung zu finden*. Scherz 2005
- Czerny, Thomas: *Talente nutzen – Erfolgreich sein. Profitieren Sie von Ihrem Potenzial*. Hanser 2002
- Miedaner, Talane: *Coach dich selbst, sonst coacht dich keiner. 101 Tipps zur Verwirklichung Ihrer beruflichen und privaten Ziele*. mvg Verlag, 2002
- Williams, Nick: *Liebe die Arbeit für die du geboren bist. 12 Grundprinzipien*. Verlag Via Nova 2003
- Stephen R. Covey, A. Roger Merrill, Rebecca R. Merrill: *Der Weg zum Wesentlichen – Zeitmanagement der vierten Generation*. Campus Verlag, 2008
- www.psych.uni-potsdam.de/people/rheinberg

Dieser Impuls-Letter ist kostenfrei und kann jederzeit per E-Mail haag@haag-coaching.at bestellt/abbestellt werden. Feedback ist sehr willkommen. Ihre Daten werden keinesfalls an Dritte weitergegeben.