

ENTWICKLUNG
In
ÜBERFORDERUNG

DGTA, Freiburg, 11.5.2013

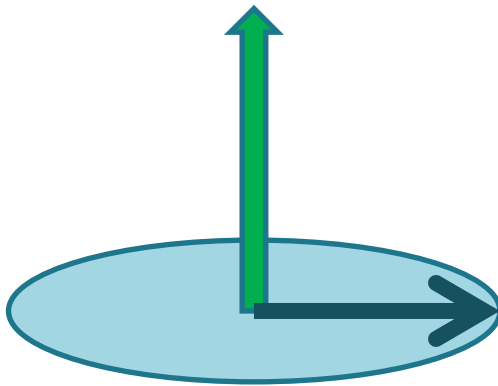


Überforderung

- Konfrontation mit einem Problem, das vielleicht unlösbar, so nicht lösbar, oder von mir – zu mindestens wie gedacht - nicht lösbar ist
- Persönliche Akzeptanz, für die Lösung dieses Problems zuständig zu sein
- Kein Erfolg mit den bekannten, vertrauten Strategien
- Unangenehmer Stress, Grübel-Schleifen; Angst vor Versagen und Verlust
- Eventuell, gleichzeitig Lust auf eine neue Erfahrung von Erfolg und Lebendigkeit
- Auch eine ganze Organisation kann sich überfordert fühlen und dem entsprechend reagieren



Horizontales / Vertikales Lernen



Horizontales Lernen (Landgewinnung)

- addiert ähnliche, gleichwertige Kompetenzen (z.B. Fremdsprachen, Technologien, Methoden)
- weitere, ähnliche Rollenkompetenzen
- neue Kompetenzen - auf ähnlichem Niveau - erweitern den persönlichen Werkzeugkasten
- die bestehenden Kompetenzen bleiben wie sie sind.

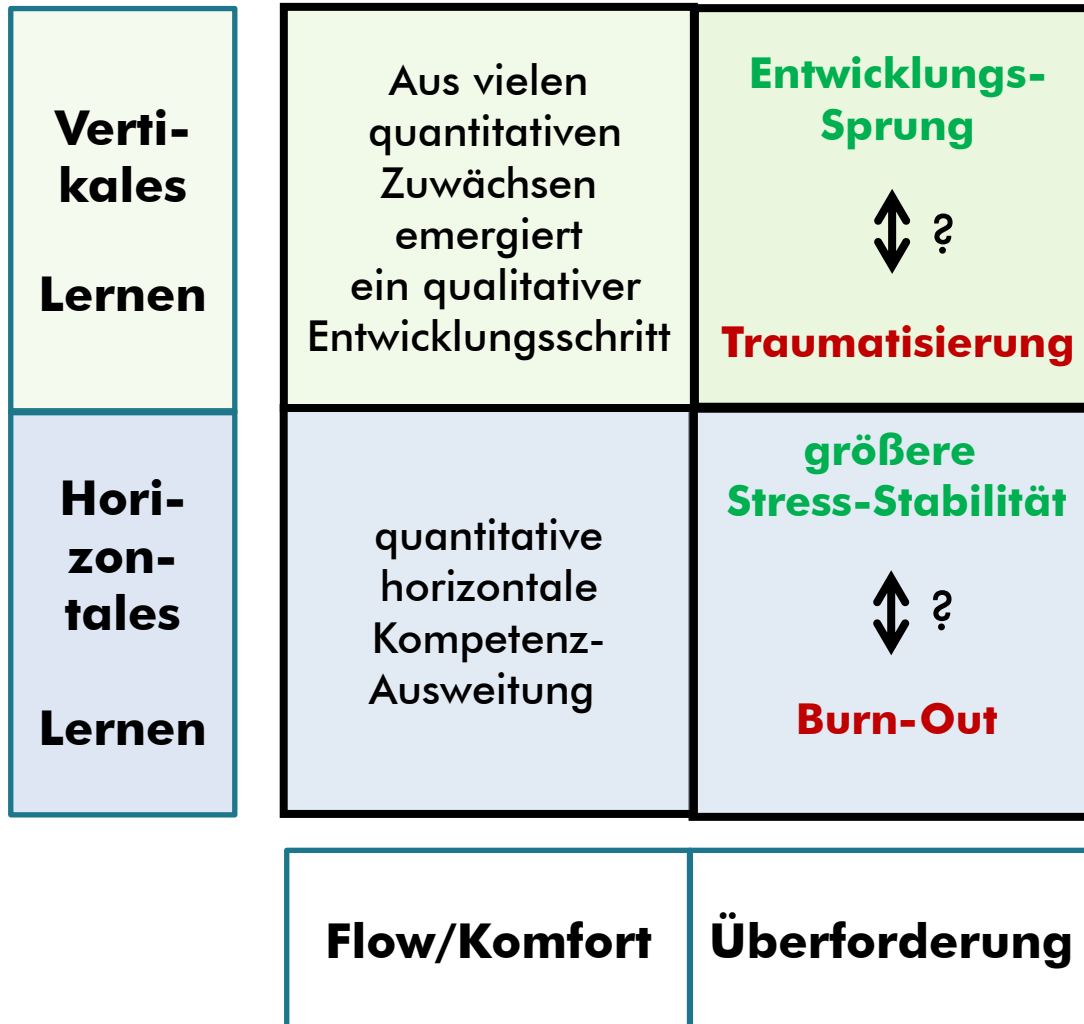
Vertikales Lernen (Zugewinn an Reife)

- „höhere“ Kompetenzen werden verfügbar
- eine neue personale/Rollen-Identität emergiert
- alte Kompetenzen werden neu bewertet, und in die neue Identität integriert.
- das bedeutet psychische Arbeit, die Zeit braucht
- das neue Niveau kann nur durch Traumatisierung oder Gehirnschaden wieder verloren werden



Das Überforderungs-Portfolio

Rolf Balling



Die Reise des Helden (vertikales Lernen)

1. Der Held in spe nimmt einen Auftrag an (den er nicht wirklich versteht)
2. Das Auftrags-Projekt wird von ihm nach seinen bewährten Methoden organisiert
3. Aber, die gewohnten Problemlösungsstrategien funktionieren nicht
4. Auch ein erhöhter Energieeinsatz bringt keinen Erfolg
5. Stress, Frust und Verzweiflung breitet sich bei ihm aus. **Er fühlt sich völlig überfordert.**
6. **Der „Held“ lässt seine bisherigen Lösungsstrategien los, er stellt sich dem Scheitern/Tod**
7. Ein neuer – ganz anderer - Lösungsweg stellt sich ein; der dann tatsächlich funktioniert
8. „Auf dem Heimweg“ wird ihm die eigentliche Aufgabe und der Lernweg klar
9. Ein Fest beendet die Helden-Reise und der Held führt wieder ein „normales“ Leben



Persönliche Motivationen zur Überforderung

- Destruktiver Skript (Helden-Skript, ungute Delegationen, falsche Treue)
- Sucht nach Stimulation bzw. Anerkennung (no risk – no fun)

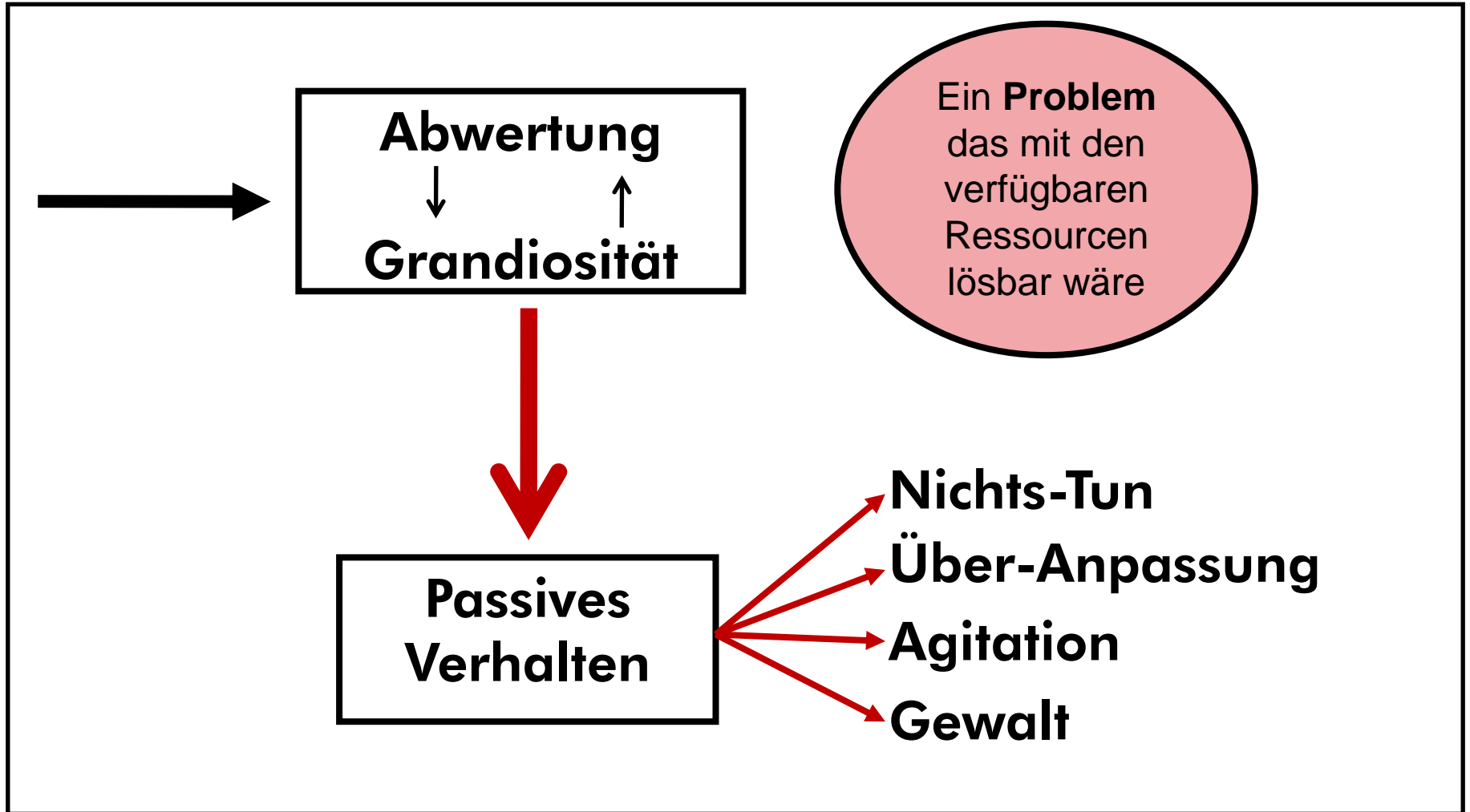
- Anpassung an kulturelle Anforderungen (Erfolg, Taten, „nutze Dein Potenzial!“)
- Anpassung auf religiöse Versprechungen (wer sein Leben verliert ...)

- Wunsch nach Erfolg im Leben
- Wunsch nach persönlichem Wachstum
- Wunsch nach spirituellem Wachstum

- Im übrigen konfrontiert uns das Leben des öfteren mit Überforderungs-Situationen, ohne dass sich die Frage nach unserer Motivation dabei stellt



TA-Passivitäts-Modell



Begleitete Überforderung

SUPERVISION COACHING

- Ermöglicht/Absichern von vertikalem Lernen
- Vermeidet traumatisierende Erfahrungen und Beschädigungen
- Erhöht die Selbst-Reflexions- und Lern-Transfer-Kompetenz

Bereich stressiger Überforderungs-Erfahrung, die nicht mehr als Herausforderung gesehen, und wahrscheinlich nicht mehr gemeistert werden kann

Bereich stressiger Überforderungs-Erfahrung, die insgesamt noch als Herausforderung gesehen und in der Regel auch allein lernend gemeistert werden kann

Bereich komfortabler Kompetenz-Erfahrung/Ausweitung (Flow)



Checkliste zur begleiteten Überforderung im Kontext einer Organisation

1. Klare Kommunikation von Projekt, Rolle, Erwartung, Monitoring, Restrisiko
2. Dabei Check auf „mission impossible“ und auf destruktive Elemente im System und bei der Person
3. Beiderseitiger Vertrag
4. Bereitstellung angemessener Ressourcen
5. Organisation von Monitoring, Mentoring, Coaching, Kollegialer Beratung
6. Organisation von Milestones/Reviews zum, Nachstellen, Abbruch
7. Evaluation des Gesamt-Prozesses
8. Planung und Bereitstellung des „Danach“



Persönliche „Überforderungs-Kompetenz“

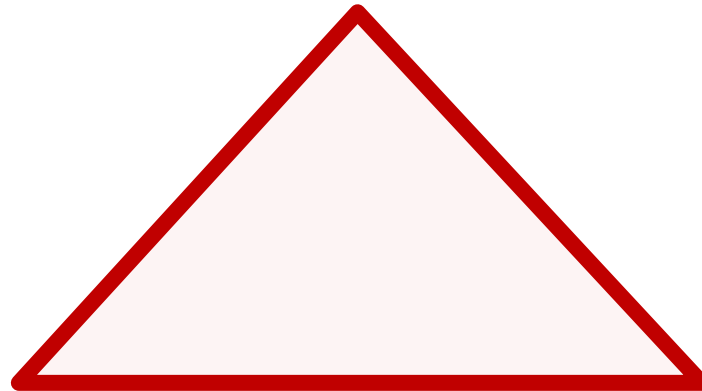
In Analogie zum Resilienz-Konzept von Antonovski

Kann ich Sinn im „Überfordert-werden“ spüren?

Kann ich, auch wenn ich mich überfordert fühle, darin einen Sinn für mich entwickeln?

Bin ich bereit, mich infrage zu stellen?

Ist mein Anfänger-Geist (im Zen-Sinne) lebendig?



Habe ich Hypothesen zu dem, was mir da geschieht?

Diagnose mit dem „Blindenstock“?

Durchtesten meiner Konzepte?

Reflexion aus der Meta-Perspektive?

Sehe ich Einwirkungs-Möglichkeiten?

Sich Hilfe organisieren?

Suchprozesse aushalten?

Aufgeben, ohne taktische Absicht?



ENDE

**Danke für Ihre
Aufmerksamkeit**

