

Raus aus dem Sessel, weg vom Bildschirm

Klingt das für Sie verlockend? Dann sind Outdoor-Trainings wohl das Richtige für Sie. Was diese im Gegensatz zu Übungen im Seminarraum leisten können, lesen Sie hier.

DIE ZEITEN, IN DENEN Outdoor-Trainings voll im Trend waren und einen regelrechten Boom erlebten, mögen vielleicht vorbei sein. Aber die Trainings haben sich am Markt gehalten, das Angebot ist immer noch groß und scheint gerade wieder vermehrt angenommen zu werden. Und das aus gutem Grund. In allen Listen, die sich »10 Tipps zur Steigerung der Kreativität« oder »5 Schritte zu neuen Geschäftsideen« oder so ähnlich nennen, findet man – oft sogar an erster Stelle – den Tipp: »Verlassen Sie die gewohnte Umgebung!« Und genau das tun Büromenschen, wenn sie sich ins Freie begeben. Raus aus dem Sessel, weg vom Bildschirm. Die Natur steigert nicht nur die Kreativität, sie kann auch als Entschleuniger, Kraftspender und Stimmungsmacher wirken. Die Atmosphäre innerhalb eines Teams ändert sich automatisch, wenn dieses sich statt im allzu vertrauten Büro im Freien aufhält, wenn die Sinne Neues und Frisches zu spüren bekommen. Das sind zeitlose Effekte, unabhängig von Trends und Marktentwicklungen.

All diese Eigenschaften sollte sich ein Outdoor-Training natürlich zunutze machen. Je mehr die Trainer diese positiven Effekte bewusst einsetzen, umso stärker wird das Training wirken. Bei den erlebnispädagogischen Outdoor-Übungen geht es meistens um eine gewünschte, nachhaltige Verhaltensänderung innerhalb eines Teams. Die Themen sind dabei z.B. Personal-, Führungskräfte- und Organisationsentwicklung, Teambuilding, Konfliktlösungen und ähnliche. Für den jeweiligen Zweck und die Zielgruppe

müssen von den Trainern in der Vorbereitung die richtigen Übungen ausgewählt werden. Dazu bedarf es eines fundierten Know-hows, denn das Repertoire ist groß: Es gibt Übungen, die auf Angst- und Stresselemente aufbauen, z.B. in Hochseilgärten. Dann gibt es Problemlösungsübungen, die meistens auch Kommunikations- oder Kooperationsaufgaben sind, denn es geht ja so gut wie immer um Teams. Beispiele dafür sind *der Strategiefeld* oder *der Floßbau*. Und schließlich gibt es Orientierungs-, Wahrnehmungs- und Vertrauensübungen wie z.B. *der Vertrauensfall* oder *das Pendel*, bei denen ein Teammitglied von anderen aufgefangen wird. Jede Übung wirkt anders, löst etwas anderes bei den Teilnehmern aus. Die richtige Auswahl und Vorbereitung vorausgesetzt, können Outdoor-Trainings nachhaltige Wirkungen auslösen, die in einem Seminarraum nicht erzielt werden können.

Michaela A. Tomek ist systemischer Coach und Trainerin am WIFI Management Forum und beschreibt aus ihrer Erfahrung: »Der Naturraum fördert Entschleunigung, sodass Teams entspannter und rascher in einen produktiven Arbeitsprozess kommen. Ein neues Team kann zum Beispiel die Kennenlernphase früher durchschreiten. Hingegen können eingespielte Verhaltensmuster oder verdeckte Konflikte in bereits bestehenden Teams abseits der üblichen Umgebung durchwegs offener bearbeitet werden. Selbstverständlich hängt dies unter anderem auch von dem Willen der Teilnehmer ab, sich im Outdoor-Bereich zu bewegen.«

Barbara Thoma (Geschäftsführerin von ARGO) sagt zur Wirkung: »Outdoor-Trainings erzeugen auch und gerade bei stark kognitiv orientierten Personen Bilder und Eindrücke, die aus der Fülle an Gelerntem herausstechen und sich damit besonders einprägen. Es ist daher von enormer Bedeutung, diese Erlebnisse durch lebensnahe Konzeptionen und exzellente Reflexionen stimmig zu gestalten.«

Michaela Tomek beschreibt, was Outdoor-Übungen leisten und welche Fragen bzw. Themen damit besonders gut bearbeitet werden können: »Im Naturraum angeleitete Übungen

Outdoor im Team



Gemeinsam Natur erleben lernen

Der 50.000 m² Spirit Park der Krainerhütte eröffnet mit zahlreichen Erlebnis- und Kraftplätzen neue Wege der Wissens- und Erfahrungsvermittlung. Das Miteinander im Team wird durch das gemeinsame Erleben der Natur besonders gefördert.

www.krainerhuetten.at

zeigen relativ rasch, wie ein Team zusammenarbeitet. Die Einbindung von Reflexionseinheiten stellt dabei einen wichtigen Faktor dar. Wie gehen wir miteinander um? Wer hat die informelle Führung? Wie gehen wir als Team mit einem Erfolg oder Misserfolg um? Worin sind wir als Team besonders gut? Wo können wir uns noch weiterentwickeln? Wie kommunizieren und verhandeln wir? Und so weiter. Auf Basis dieser Erkenntnisse kann an gemeinsamen Lösungen für das jeweilige Team weitergearbeitet werden.«

Und sie plädiert dafür, sich ausreichend Zeit zu nehmen, damit die Übungen auch nachhaltig wirken können: »Aus meiner Sicht ist es wichtig, dass im Rahmen von Outdoor-Trainings, welche nicht nur Incentive-Charakter oder ein Teambuilding-Ziel haben, sondern auf inhaltliche Ziele wie Verbesserung von Teamprozessen, Kommunikation, Konflikttraining etc. abstellen, auch ausreichend Zeit und Raum für Reflexionen geschaffen wird. Gemischte In- und Outdoor-Trainings mit zeitlichen Follow-ups leisten für die nachhaltige Fortführung von Lösungsprozessen einen wesentlichen Beitrag und können im Team zudem eine positive Haltung zur gemeinsamen Bewältigung von Herausforderungen verankern. Schließlich lernen wir nachhaltiger durch Erleben und Begreifen.«

Damit ist einer der Gründe für die langfristige Wirkung von Outdoor-Trainings angesprochen: Was man mit allen Sinnen wahrnimmt, bleibt länger im Gedächtnis. Im Seminarraum lernt man meist nur mit den Ohren und Augen. Bei den Übungen im Freien sind auch der Tast- und der Geruchssinn aktiv, in den meisten Fällen auch der kinästhetische Sinn.

Barbara Thoma nennt ein Beispiel, wie mit Outdoor-Erlebnissen verknüpfte Inhalte nachhaltig wirken können: »Die Rolle, die ein Mitglied eines Managementteams unter den Kollegen einnimmt, kann beschrieben, mit Verhaltensweisen ausgestattet und in Wertekatalogen eingebettet werden. Ein Rollenbild, dem die Person aus dem Impuls des Erlebten einen Namen gibt, enthält unausgesprochen all das und vieles mehr, und bleibt starke Leitlinie über das Seminar hinaus.«

Nach Trends im Outdoor-Bereich gefragt, antwortet sie: »Grundsätzlich setzt die Methode am ›Menschlichen‹ an und entzieht sich damit ein Stück den Methodenmodetrends. Immer ausgefeiltere Projekte werden aber erwartet, hohes Organisationsverständnis des Beraters abseits der reinen Outdoor-Kompetenz natürlich auch. Ideal ist ein Trainerteam aus Outdoor-Experten und Consultants, um sowohl für sichere Abwicklung der Outdoor-Arbeit als auch für Konzeption und Reflexion optimal aufgestellt zu

sein.« Womit wir beim Thema Sicherheit sind. Ein unerfahrener und schlecht vorbereiteter Trainer im Seminarraum langweilt die Teilnehmer vielleicht, verschwendet dadurch Ressourcen und geht ihnen unter Umständen auch auf die Nerven. Aber bei Outdoor-Trainings? Da darf der Trainer einfach nicht unerfahren und schlecht vorbereitet sein! Da muss man sich als Auftraggeber sicher sein, dass man das Wohl des Teams in die Hände eines Trainers legt, der seriös ist und sein Handwerk versteht.

Barbara Thoma hat abschließend noch einen Tipp aus der Praxis für Trainer, um vorab mögliche Stolpersteine aus dem Weg zu räumen: »Ziel ist oft das Lernen und Zusammenwachsen in einer Situation, die Spaß macht und auch als Incentive erlebt wird. In der Auftragsklärung ist allerdings gut auszuloten, ob existierende unterschwellige Konflikte vorhanden sind. Ein Darüber-hinweg-Spielen kann kein Ziel eines Outdoor Trainings sein.«

Fazit

Outdoor-Trainings können vieles leisten, das im Seminarraum nicht oder nur sehr schwer erreicht werden kann. Es müssen dazu aber die richtigen Trainer am Werk sein und auch alle Teammitglieder (und die Verantwortlichen) gewillt sein, einiges zu investieren, vor allem Zeit. Die Teilnehmer sollten zusätzlich eine gewisse Bereitschaft mitbringen, sich auf die Übungen einzulassen. **T**



Barbara Thoma

»Outdoor-Trainings erzeugen auch bei stark kognitiv orientierten Personen Bilder und Eindrücke, die aus der Fülle an Gelerntem herausstechen.«
www.argo.at



Michaela A. Tomek

»Im Naturraum angeleitete Übungen zeigen relativ rasch, wie ein Team zusammenarbeitet.«
www.wifi.at/managementforum

Die Presse

WIFI MANAGEMENT FORUM
WERT ZU WISSEN **WIKO**

IMPULSTAG 2015

Next Generation Leadership – 21. April 2015, 14.00–18.00 Uhr

Impuls 1:

Dipl. BW. Anja Förster, MBA, MIM

Führungskultur für eine neue Zeit

Meet the Experts!

Impuls 2:

Mag. Dieter Rappold

Nach oben übers Wir

Impuls 3:

Haya und Nuriel Molcho

NENI - ein Familienunternehmen

Preis: EUR 299,- (keine MwSt)

Die Presse-Club-Mitglieder: 15 % Rabatt

www.diepresse.com/derclub

Anmeldung und Informationen:

Tel + 43 (01) 476 77-5232

wmf@wifwien.at

www.wifwien.at/393204