

TRAPEZMODELL



Uns widerfahren Dinge – mal rasant, mal schleichend – und sind Vorboten des Anfangs von etwas Neuem, wenn unsere gewohnten **Verhaltensmuster** keine passenden Antworten mehr auf das liefern, was ist.

Wie kommt es, dass ich mich bei **#Veränderungen** oft klein und angestrengt fühle statt voller Selbstsicherheit und in freudiger Erwartung auf das, was kommen mag?

Dann müssen wir lernen, etwas anders zu tun, damit es wieder passt.

Dieser **neue Anfang** ist jedoch eher selten klar. Er ist verbunden mit einem Ende von dem **Verhalten**, das nicht mehr funktioniert und mit einem **Übergang** – dem „noch nicht“. Dies ist es, was uns ängstigt und verunsichert. Es ist nach C. von Velasco anstrengend, ausdauernd und den Selbstwert erschütternd und dennoch ist der Übergang Voraussetzung für einen gelingenden Anfang.

Ein wunderbares Bild für diesen Zustand ist das der Trapezkünstlerin in Anlehnung an W. Bridges' **TransitionModel**. Die Künstlerin muss das Trapez bewusst **loslassen** (Ende), um dem nächsten Trapez (Anfang) mit ausreichend Flugkraft entgegen fliegen zu können. Dieser **Moment des Fliegens** als Übergang bringt den Zustand der Verletzlichkeit bildlich zum Ausdruck.

? **Wie könnt ihr in Phasen des Fliegens für euch und eure Teams sorgen?**

? **Was tut die Künstlerin?**

? **Welche Rahmenbedingungen schafft sie?**



Neugierig auf
mehr Tools?
(klicke oder scanne den qr-code)

