

10 Jahre GOA

Der wirkungsvollste Seminarraum: eine Höhle!

Die Praxis zeigt es eindeutig: Ohne Emotionen und Wiederholungen sind keine nachhaltigen Lernerfolge oder Verhaltensveränderungen möglich. Es gilt also ein entsprechend emotionales Lernumfeld zu schaffen. Unser Vorschlag: eine Höhle als Seminarraum!

Wieso hat eine Höhle als Seminarraum eine derart intensive Wirkung? Ganz grundsätzlich beruht diese Wirkung auf folgenden zwei Tatsachen.

Werte und Wahrnehmung verändern sich

Das Wertesystem in einer Höhle unterscheidet sich total von demjenigen in der Aussenwelt. Im Alltag strebt ein Mensch danach, stets Bestätigungen für sein Wertesystem zu finden, was normalerweise auch gelingt. In dieser persönlichen Kom(m)fortzone lebt es sich sehr angenehm. Beim Eintritt in die Höhle ändert sich dieser Zustand schlagartig: Werte wie Zeit, Geld, Erreichbarkeit, Termine sind total anders belegt.

In der Höhle ist zudem das Wahrnehmungssystem deutlich verändert – weg vom sehr stark auf visuelle Reize ausgerichteten „normalen“ Leben hin zu einer ganzheitlicheren Wahrnehmung. Beim Betreten einer Höhle sind die Augen zuerst einmal überfordert, der Gehörsinn wird viel wichtiger, häufig auch in Kombination mit dem Tastsinn, zum Beispiel bei Übungen im Dunkeln.

Dies führt dazu, dass Menschen in Höhlen sehr schnell ihre persönliche

Kom(m)fortzone verlassen und in einem positiven Sinn auf sich selbst reduziert werden. Dadurch beschäftigen sie sich intensiv mit ihren effektiven Werten und Glaubenssätzen.

10 Wirkungsverstärker

Diese beiden Tatsachen führen zu den nachfolgend beschriebenen 10 Wirkungsverstärkern, die im Rahmen eines InCave-Trainings® ganz gezielt in Aufgaben und Übungen eingesetzt werden.

- Höhlen sind Gleichmacher (Rolle und Status zählen nicht mehr). Dies wird verstärkt durch einheitliche Höhlenkombis und Helme = Uniformität.
- In der Höhle wird die persönliche Kom(m)fortzone sehr schnell verlassen.
- Menschen zeigen ihre echten Verhaltensmuster, weg vom «Ich würde...» zu konkret erlebbaren Handlungen.
- Glaubenssätze (eigene und kollektive) werden in Frage gestellt. «Ich hätte nie gedacht, dass ich ...». – «Was ist wohl sonst noch möglich?»
- Eigene und kollektive Werte werden hinterfragt und relativiert. Eine 1000 Frankennote hat keinen Wert, eine Batterie für 5 Franken hingegen schon!



- In der Höhle läuft nichts ohne klare Kommunikationsregeln.
- Die Vertrauensfrage wird automatisch gestellt – in sich selber, das Team, die Führung, das Material usw.
- Das Thema Führung wird in der Höhle absolut zentral.
- Höhlen sind nur als Team befahrbar; die Teilnehmenden sind aufeinander angewiesen.
- Höhlen wirken allein schon durch die Möglichkeit, absolute Dunkelheit und Stille zu erleben und in Trainings einzubauen.

Gerhard Amacher



verfügt über mehr als 20 Jahre Erfahrung als Trainer und Coach im In- und Outdoorbereich. Er entwickelte unter anderem die Trainingsmethode InCave-Training® und hat diese mit bereits weit über 1000 Kunden erfolgreich eingesetzt. Seit 2004 ist er Geschäftsführer der GOA Group GmbH.



GOA Group GmbH

Postfach 213

3066 Stettlen

Tel.: +41 31 901 04 81

Mobil: +41 79 699 22 21

amacher@goa-group.ch

www.goa-group.ch