

POSSIBILITY MANAGEMENT

Was wäre, wenn 99 Prozent aller Möglichkeiten gerade nicht sichtbar sind? Und was wäre, wenn du dir einen Teil davon erschliessen könntest? Possibility Management eröffnet Türen zu neuen Möglichkeiten. Doch aufgepasst: Es kostet dich etwas, neue Möglichkeiten zu haben. Womöglich musst du deine alte Identität aufgeben. Denn die dir zur Verfügung stehenden Möglichkeiten haben etwas zu tun mit deiner Denkweise, deiner Haltung, deinen Glaubenssätzen und letztlich auch mit deinen Überlebensmustern.

Possibility Management ist eine Spielwelt, in welcher seit über 40 Jahren erforscht wird, was für Individuen und Gruppen notwendig ist, um Evolution, Transformation und Heilung zu fördern.

Eine zentrale Rolle dabei spielen Initiationsprozesse ins Erwachsenwerden. Erwachsensein heisst unter anderem, wirklich zu fühlen, zwischen Gefühlen und Emotionen zu unterscheiden, letztere für Heilungsprozesse zu nutzen, aus der eigenen Autorität heraus zu handeln und sich mit seinen Fähigkeiten für die Erde, für diese und die weiteren Generationen, einzubringen.

Wir alle leben auf dem Planeten Erde. Die moderne Welt mit ihrer Haltung von Konsum, immer schneller, weiter, mehr ect. ist gerade daran, die Erde schnellstmöglich zu zerstören.

Die Werkzeuge, mentalen Landkarten und Prozesse, welche Possibility Management zur Verfügung stellt und fortlaufend weiter entwickelt, sind Bausteine, um eine regenerative Welt zu erschaffen.

EXPAND THE BOX - BASISTRAINING

Eingangstür - du lernst die Kernunterscheidungen durch praktische Erfahrung kennen.



Im Kontext von radikaler Verantwortung trainierst du in authentischen Initiations-Trainings innovative Soft Skills, Fertigkeiten und Unterscheidungen, die es dir ermöglichen, dein Potenzial freizusetzen und dadurch selbstverantwortlich neue, ungewöhnliche Möglichkeiten für dich selbst und dein Umfeld zu generieren.

WAS IST EXPAND THE BOX?

MENTALE LANDKARTEN

Basis-Unterscheidungen

Mentale Landkarten mit Unterscheidungen basierend auf Erfahrungswerten, sind wichtiger Grundstein für Transformation.
Ohne neue Denkmuster gibt es keine neuen Resultate.

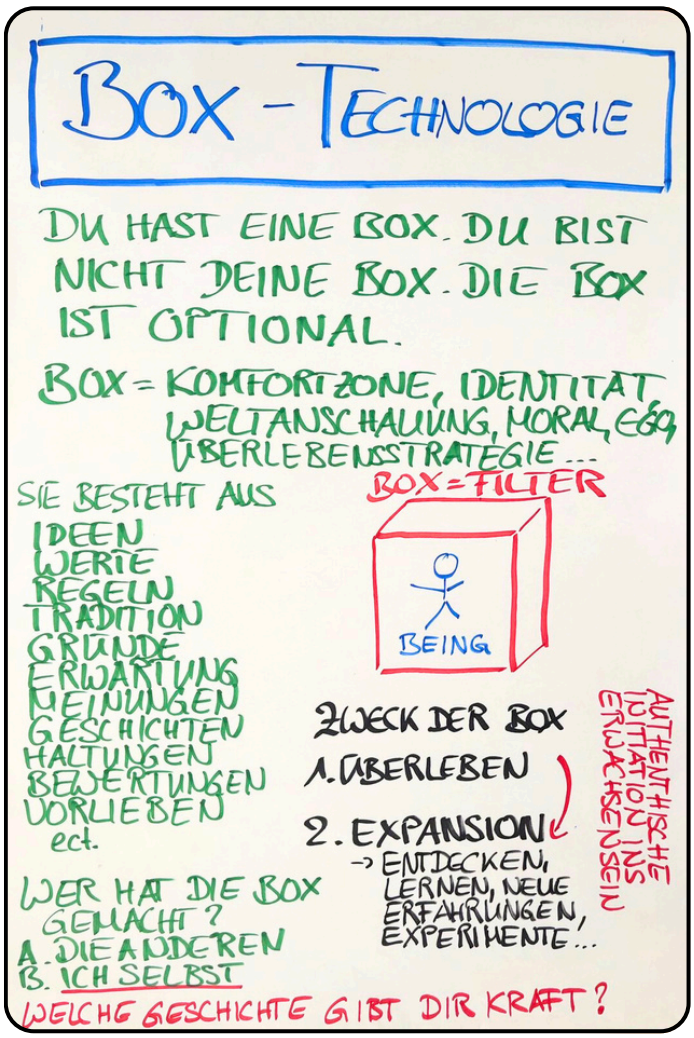
Im Basistraining Expand the Box, werden Mentale Landkarten und viele Übungen zur Verkörperung angeboten.

Die folgenden Landkarten sind ein kleiner Auszug aus dem immer weiter wachsenden und sich entwickelnden Pool an mentalen Landkarten, welche in den weiterführenden Trainings, sogenannten Labs (Laboratorien) entstanden sind und weiterhin entstehen.

Box-Technologie

Du hast eine Box, du bist nicht Deine Box.

https://www.youtube.com/watch?v=8g1ALKMilns&t=4s



Du hast wahrscheinlich schon Aussagen wie “Ich bin halt so!”, “Das ist mein Charakter”, oder “Ich mache das immer so.” gehört. Diese Aussagen stammen aus deiner individuellen “Box” – einer Sammlung von Glaubenssätzen, Annahmen, Erwartungen, Regeln, und mehr, die du seit deiner Kindheit angesammelt hast, um zu überleben.

Ab einem Alter von etwa 17 Jahren ist es wichtig, deine Box zu erweitern, was bedeutet, dass du beginnst, dich von deinem familiären System zu lösen.

Dies erlaubt es dir, neue Erfahrungen zu machen, wie Heuschrecken essen, in eiskaltes Wasser springen oder ohne Grund Entscheidungen treffen. Diese neuen Fähigkeiten und Entscheidungen fließen in deine Box ein und lassen sie wachsen.

Im Possibility Management wird angenommen, dass du deine Box selbst kreiert hast, auch wenn externe Umstände beeinflusst haben. Diese Perspektive stärkt deine Selbstverantwortung.

Deine Box wird von deinem “Gremlin” bewacht, der deine Verteidigungsstrategien ausführt. Seine Aufgabe ist, dich in Deiner selbstkreierten Komfortzone zu halten.

Um deine Box zu erweitern und den Gremlin von einer Verteidigungsstrategie zu einem kreativen, nicht-linearen Schöpfungsapparat zu verwandeln, bedarf es einer kollaborativen Verbindung zu diesem Wesensanteil, was im Possibility Management als “Gremlin Transformation” bezeichnet wird.



Landkarte der Möglichkeiten

Wir sind Geschichtenerzähler:innen. Jede Geschichte hat eine Absicht.

Die Unterscheidung zwischen Niederem und Hohen Drama hilft, die eigenen Absichten zu erkennen.

Unbewusste Absichten führen oft ins sogenannte Drama-Dreieck von Opfer, Täter und Retter, wodurch der „Gremlin“ genährt wird, der unsere Überlebensstrategien aktiv hält.

Diese Dynamik beschränkt konstruktive Interaktionen und führt meist zu destruktiven Ergebnissen.

Wir Menschen sind Geschichtenerzähler; wir haften Erlebnissen Geschichten an. Geschichten sind nicht wahr.

Diese Geschichten können unbewussten Überlebensstrategien dienen. Niederes Drama entsteht, wenn wir aus Überlebensinstinkt und unkontrollierten Emotionen handeln, was nur einen eingeschränkten Handlungsspielraum ermöglicht.

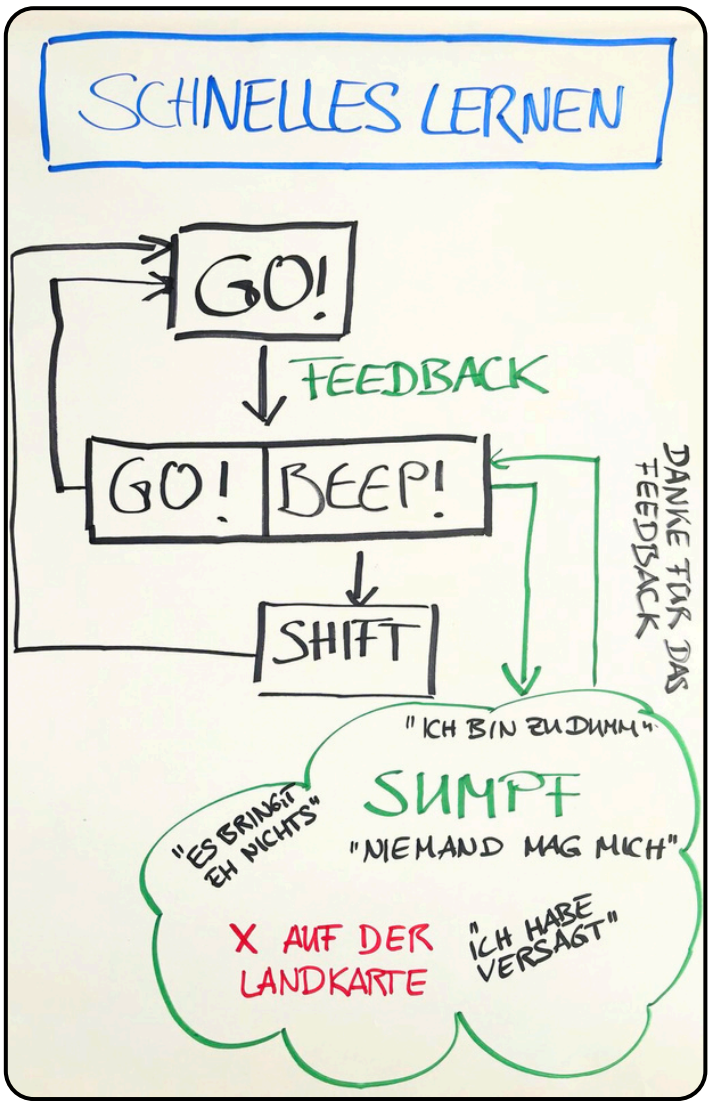
Hohes Drama hingegen nutzt bewusst Ressourcen wie Gefühle und Helle Prinzipien, Naturkräfte zur Schöpfung und dient einem größeren Zweck und fördert kreative Kollaboration.

Um zu entscheiden, ob eine Situation Niederes oder Hohes Drama ist, hilft die Frage: Was ist das Resultat, welches ich kreiert habe?

Die Frage „Welche Geschichte gibt mir mehr Kraft?“ eröffnet die Option bewusst Hohes Drama zu wählen und neue Möglichkeiten im Leben zu schaffen.

Landkarte Schnelles Lernen

Es gibt nur Go! oder Beep!
Die Welt ist ein grosser Feedbackgenerator.



Unbewusstes Verhalten führt oft zu blinden Flecken, daher ist externes Feedback wichtig, um zielführend zu handeln.

Das Leben generiert kontinuierlich Rückmeldungen, die anzeigen, ob Handlungen erfolgreich (GO!) oder nicht erfolgreich (BEEP!) waren.

Nach einem sogenannt negativen Feedback (BEEP!) neigen viele dazu, in Selbstkritik zu verfallen, d.h. in den innerlichen Sumpf zu gehen und sich damit die Chance zur persönlichen Entwicklung zu nehmen.

Die Anerkennung, dass jedes Feedback nützlich ist und zum Lernen genutzt werden kann, führt zu einer Offenheit gegenüber Coaching.

Coaching bietet neue Handlungsmöglichkeiten, aus denen man auswählen und deren Konsequenzen man explorieren kann. Dieser Prozess verwandelt einen vom Überlebenskämpfer zum Experimentierenden und Forschenden.

Dieser Ansatz macht das Leben nicht nur herausfordernder und lebendiger, sondern auf lange Sicht auch einfacher, da das Bewusstsein für neue Möglichkeiten und bisherige Einschränkungen wächst.

Obwohl dieser Erkenntnisprozess zunächst schmerzhaft sein kann, eröffnet er neue Wege, mit dem Leben umzugehen, die zuvor nicht zugänglich waren.

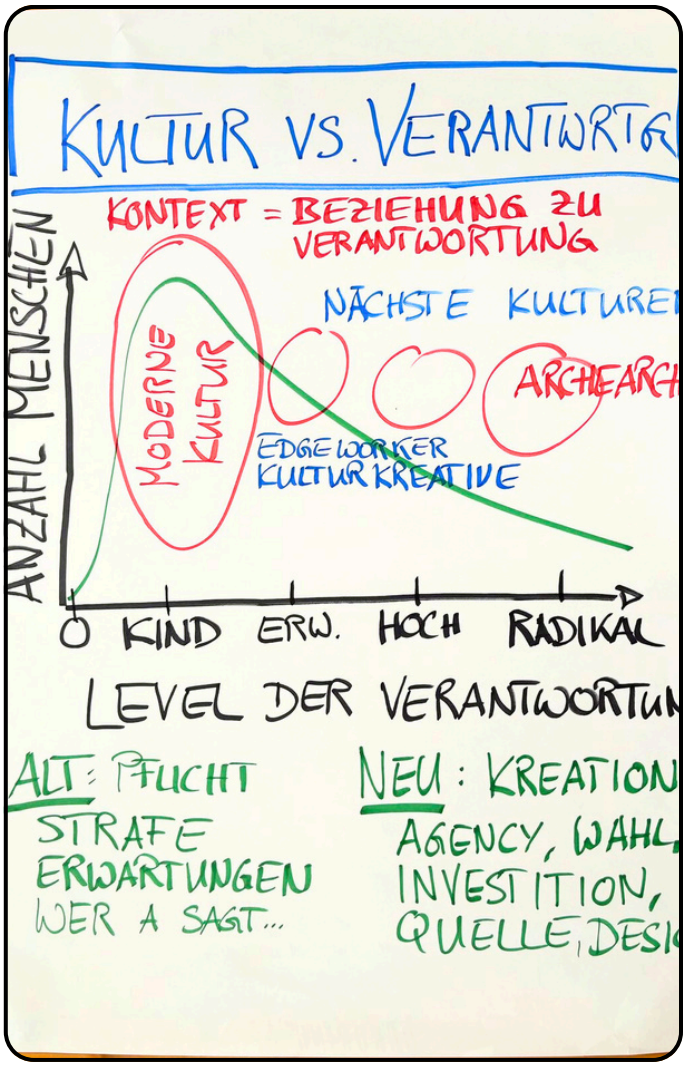
Verantwortung & Kultur

Verantwortung ist Bewusstsein in Aktion.

Verantwortung reflektiert das Bewusstsein eines Individuums und manifestiert sich in seinen Handlungen und deren Ergebnissen.

Kindliche Verantwortung bedeutet, dass man erwartet, dass andere die eigenen Unordnungen beseitigen, was in der modernen Kultur oft zu Umweltzerstörung führt.

Im Gegensatz dazu erkennt man in der erwachsenen Verantwortung die Notwendigkeit an, selbst aufzuräumen und Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen. Dies kann jedoch zu Groll führen, wenn andere nicht das Gleiche tun.



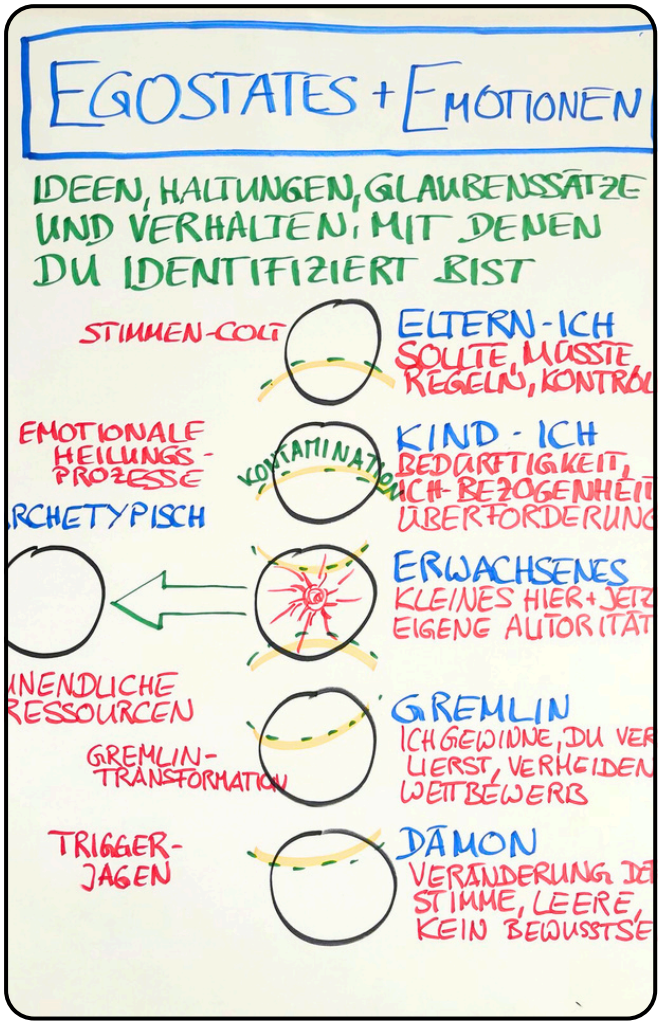
Radikale Verantwortung bedeutet, für alle Unordnungen Verantwortung zu übernehmen, auch wenn man sie nicht selbst verursacht hat.

Es geht darum, proaktiv zu handeln, auf Missstände hinzuweisen und eventuell ein Team für die Lösung zu mobilisieren.

In diesem Verständnis von Verantwortung gibt es keine Erwartung an Fairness oder Hierarchie; stattdessen ermächtigt man sich selbst, für wichtige Anliegen einzustehen. Die Frage ist also, wofür entscheidest du dich zu stehen?

6 EGO Zustände

Verschiedene Ego-Zustände = verschiedene Resultate in deinem Leben



Wenn du mit deinem Kind-Ego identifiziert bist, fühlst du dich oft überwältigt oder überfordert, besonders wenn alte, ungefühlte Emotionen durch aktuelle Situationen aktiviert werden. Typische Aussagen des Kind-Ego sind: “Ich schaff das nicht! Ich bin zu schwach! Keiner hilft mir!” Ein emotionaler Heilungsprozess (EHP) kann helfen, diese alten Strukturen aufzulösen.

Stimmen aus dem Eltern-Ego sind oft von regelbasierten Sätzen geprägt wie: “Du bist zu dumm dazu! Du kannst das nicht!” “Du solltest dich anstrengen!” Diese repräsentieren meist die übernommenen Ansichten von Autoritätspersonen aus der Vergangenheit und können durch den “Stimmencolt” zum Schweigen gebracht werden.

Im Erwachsenen-Ego bist du präsent, nutzt deine Gefühle als Orientierung und lässt Archetypische Linien und Naturkräfte durch dich wirken. Naturkräfte haben keine Hände, Augen und Stimmen. Dies ist unsere Aufgabe als Mensch, diese ins Leben zu bringen.

Zusätzlich zum klassischen Transaktionsanalyse-Modell gibt es weitere Ego-Zustände wie den Gremlin, der die Komfortzone verteidigt und auf Überlebensstrategien aus früheren Erfahrungen basiert. Durch Selbstbeobachtung und Heilungsprozesse kann der Gremlin transformiert werden.

Der Dämon-Egozustand bezieht sich auf Triggersätze wie “Ich bin nicht gut genug”, die negative Entitäten anziehen können. Im Possibility Management gibt es Prozesse, um diese Muster zu erkennen und zu durchbrechen (siehe Spark 135).

ANGEWANDTE PRAXIS IN GLARISEGG

Das Zusammenleben in einer Gemeinschaft ist mitunter auch geprägt von aufeinanderprallenden Lebenshaltungen, unterschiedlichen Wahrnehmungen, individuellen Bedürfnissen und Lebensplänen. Daraus resultierende Geschichten übereinander, können den gemeinsamen Alltag erschweren. Wir machen die Erfahrung, dass es hilfreich ist, eine geteilte Ansicht in Bezug auf den Umgang mit allfälligen Konflikten zu haben. Es ist normal, dass in der zwischenmenschlichen Kommunikation immer mal wieder etwas schief geht. Es entstehen Missverständnisse, Kränkungen, sogenannte Verletzungen und Trennungen. Vor dem Hintergrund der Annahme, dass wir alle miteinander verbunden sind und Unstimmigkeiten, nebst den direkt betroffenen Individuen, auch das Kollektiv beeinflussen, zeigt sich die Notwendigkeit Beziehungen zu klären und in Ordnung zu bringen.

«Verantwortung ist Bewusstsein in Aktion»

Die beigefügten Landkarten entsprechen einem Miniausschnitt aus dem Fundus des Possibility Management. Im Internet findest Du über 600 Webseiten mit weiterführenden Inhalten, die untereinander verlinkt sind. Weitere Informationen findest Du hier:

www.startoverxyz.mystrikingly.com

In Glarisegg wenden wir Teile aus dem Possibility Management an, die uns darin unterstützen miteinander authentisch im Kontakt zu sein und konstruktiv mit Konflikten umzugehen.

Weitere Ressourcen

www.possibilitymanagement.org
www.expandthebox.com