

4. LERN-gang am 17.09.2015 im Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen

An diesem Spätsommertag trafen wir uns mit Georg Derbuch, der sich uns als Trainer und Natur,- und Erlebnispädagoge mit dem Thema „Zeit“ widmete.

Als Einstieg gab es ein Spiel, bei dem sich jeder zwei Geschichten über sich selbst ausdenken sollte- eine davon musste wahr, die andere gelogen sein.

Diese Geschichten erzählten wir dann den anderen, die wir damit teilweise erfolgreich in die Irre führten.

Ganz nach dem Motto „Zeit“ füllten wir dann ein Glasgefäß mit großen Steinen, woraufhin sich die Frage stellte, ob das Glas nun voll ist.

Auf den ersten Blick war es das, aber bei genauerer Betrachtung nicht mehr; die Zwischenräume wurden nun mit Sand aufgefüllt.

Wir erkannten bei diesem Experiment so sehr anschaulich, dass die großen Steine keinen Platz mehr im Glas finden würden, wenn man sie nicht als erste hinein geben würde und jenes schon mit den „Kleinigkeiten“ voll wäre.

Somit stellte sich die Frage, welches die großen Steine im eigenen Leben sind.

Nach einem Stück Weg (ab diesem Zeitpunkt sollten wir auch Zeit-los sein und keinen Blick mehr auf die Uhr werfen), hatte jeder von uns die Möglichkeit sich mit dieser großen Frage in seinem Leben auseinanderzusetzen, indem er sein eigenes Leitbild erstellen durfte.

Mit wie viel Sand, also Nichtigkeiten, verbringen wir unsere Zeit, während wir die großen, uns wichtigen Dinge aus unserem Leben draußen lassen?

Und die Zeit- sie vergeht und irgendwann ist es auf einmal zu spät und die kostbaren Steine bleiben auf unserem Weg einfach liegen...

Nach einigen Spielen mit und um die Zeit, dem weiteren Weg und einer gemütlichen Mittagspause inmitten der Natur, hatten wir die Aufgabe einen Baum, zu dem wir blind geführt wurden, ebenso blind zu ertasten und ihn danach, unter all den anderen wieder zu finden, ganz ohne Zeitdruck...

Später galt es Dinge zu finden auf unserem Weg: Für welches Tier oder welche Pflanze ist der Jahresrhythmus von Bedeutung, was lebt nur ein Jahr, bei welchem Lebewesen kommt es auf den richtigen Zeitpunkt an...?

Am nächsten schönen Fleck im Wald wurde uns dann noch das Prinzip der Eisenhower-Quadranten vorgestellt- wie kann ich eine Chronologie in meinen ganzen Berg aus Aufgaben bringen; was ist wirklich wichtig und dringend, was sind die sogenannten B+C-Aufgaben und was darf gleich ganz in den Papierkorb?

Eine wirklich hilfreiche und anwendbare Methode für unser Arbeits,- und Privatleben!

Ausklingen ließen wir den Tag auf der Steinschloßhütte bei einer unserer Mitarbeiterinnen und mit viel Erfahrung und Information ging es wieder zurück in das Leben mit der eigenen Zeit, die nach diesem Tag gar nicht mehr so bedrohlich wirkte- in Wahrheit sogar sehr wertvoll erschien...

DANKE Georg Derbuch für die wertvollen Informationen und sehr praxisorientierten Darbietungen!

