

LEISTUNG –

Was wir vom Spitzensport lernen können

*Thomas Dröll
für
leistung für morgen*

*4. Unternehmertag Wetzlar,
28. November 2013*

Was Sie erwarten dürfen...

vor dem Spiel



1

Leistung – aus Sicht von Sport & Unternehmen

2

Leistung – aus individueller Sicht

3

Leistung – Aufbau, Erhalt & Regeneration

basierend auf den aktuellen Erkenntnissen aus

- Handlungs- und Motivationspsychologie
- Trainingswissenschaften
- Neurobiologie und Neuronales Lernen

Spitzensport ist gekennzeichnet durch...

vor dem Spiel

- Hohen Wettbewerbsdruck in definierter Zeit
- Leistungserbringung in der Öffentlichkeit
- *Prinzip der Einmaligkeit*
- Erfolgreich zu sein, besonders gegen Widerstände
- Etappen und Teilzielplanungen
- *emotional aufgeladene, langfristige Ziele*
- Leistungsaufbau durch Training
- *Leistungserhalt durch Regeneration*

Wirtschaft ist gekennzeichnet durch...

vor dem Spiel

- Hohen Wettbewerbsdruck in definierter Zeit
- Leistungserbringung in der Öffentlichkeit
-
- Erfolgreich zu sein, besonders gegen Widerstände
- Etappen und Teilzielplanungen
-
- *Leistungsaufbau durch Training (?)*
-

Leistung – ein Blick in die Realität

vor dem Spiel

Kennen Sie diese oder ähnliche Aussagen?

- mangelnde Ausbildungsreife und mangelhafte Studierfähigkeit von Schulabgängern
- Abbruch-/Wechselquoten an den Hochschulen größer 25%
- Schnell nachlassende Leistungsausdauer und Konzentrationsfähigkeit junger Erwachsener

Defizitorientierte Perspektive



Leistung – aus unternehmerischer Sicht

vor dem Spiel

Ist Ihr unternehmerischer Alltag zunehmend geprägt von...?

- Effektivitätssteigerungen in Zeit, Qualität und Ressourceneinsatz
- steigender Komplexität der gestellten Aufgaben
- schnellem, technologischem Wandel
- steigenden Anforderungen an Ihre Mitarbeiter
- ständigem Kompetenzaufbau Ihrer Mitarbeiter

Handlungsorientierte Perspektive



Leistung – aus unternehmerischer Sicht

vor dem Spiel

...und was tun Sie persönlich oder als Unternehmen für

- den Erhalt der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit?
- Die Senkung der krankheitsbedingten Ausfallzeiten?
- das gelingende Miteinander, im besonderen bei Störungen & Konflikten?



Leistung – aus Sicht des Gehirns

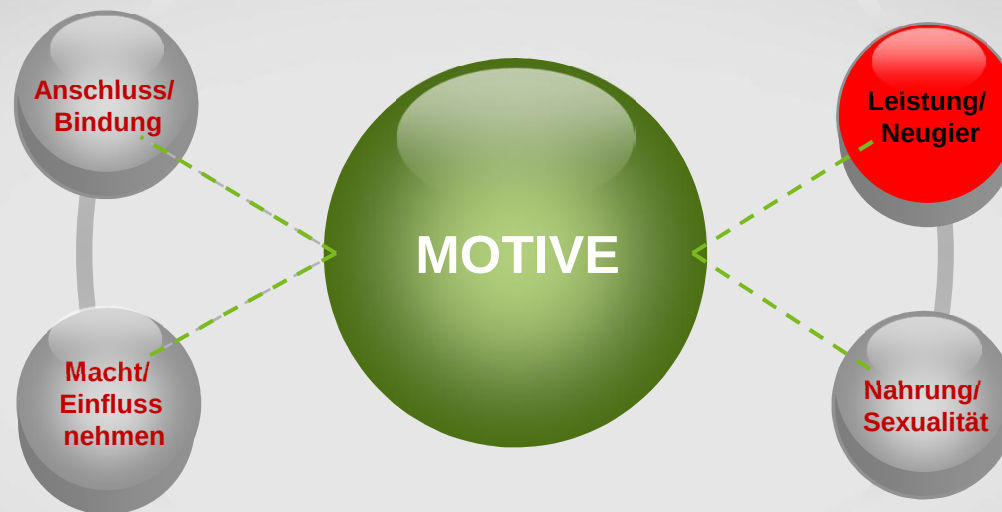
vor dem Spiel

eine kleine Aufgabe

■ GUT, D455 513 50 N3UG13R1G 51ND.D3NN D1353
Z31L3N Z31G3N 1HN3N, W3LCH3 F4NT45T15CH3N
UND 8331NDRUCK3ND3N D1NG3 UN53R G3H1RN
L315T3T. 4M 4NF4NG W4R 35 V13LL31CHT NOCH
5CHW3R, 483R J3TZT, 4UF D1353R Z31L3, L135T
UN53R G3H1RN 5CHON 4UTOM4T15CH, OHN3
D4RÜ83R N4CHZUD3NK3N. GR4TUL4T1ON!

Leistung – aus Sicht des Gehirns

vor dem Spiel



Leistung – aus individueller Sicht

vor dem Spiel

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt



Im Spitzensport dreht sich (*fast*) alles um die...

vor dem Spiel



Folgenden drei
Fragen:

Im Spitzensport dreht sich (*fast*) alles um die...

Drei
Fragen:

1



Wie erziele ich
Leistung?

2



Wie erhalte ich die
Leistungsfähigkeit?

3



Wie schnell
regeneriere ich?

Leistung aus individueller Sicht

auf dem Spielfeld

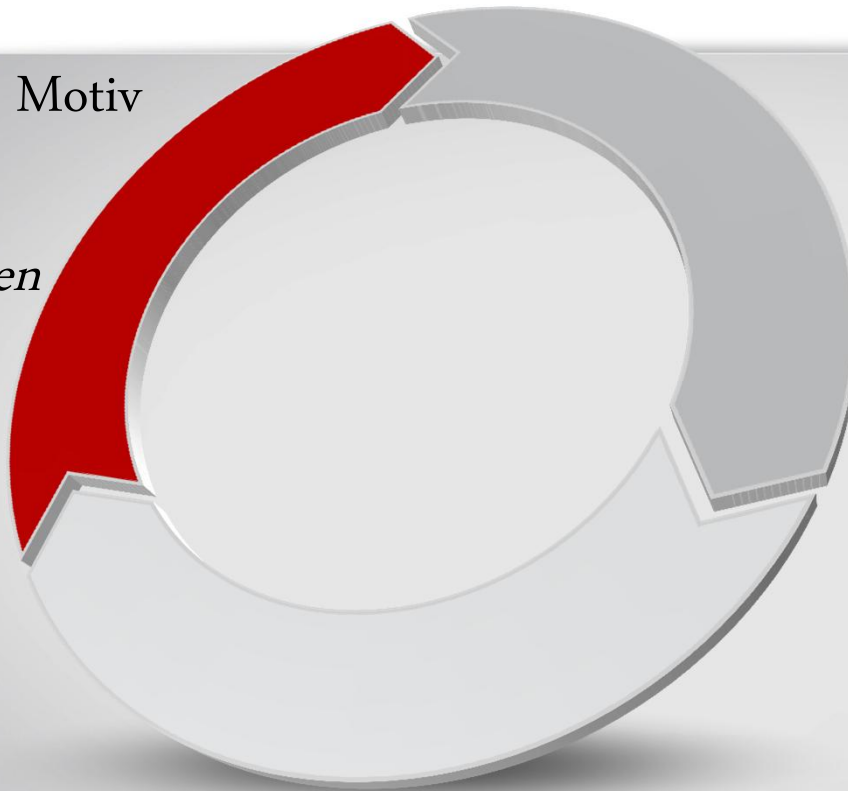
WOLLEN

Klären von Motiv

vs. Ziel

Die richtigen

Dinge tun



KÖNNEN

DÜRFEN

Persönlichkeitsorientierte Diagnostik

auf dem Spielfeld

WOLLEN

Klären von Motiv
vs. Ziel

*Die richtigen
Dinge tun*



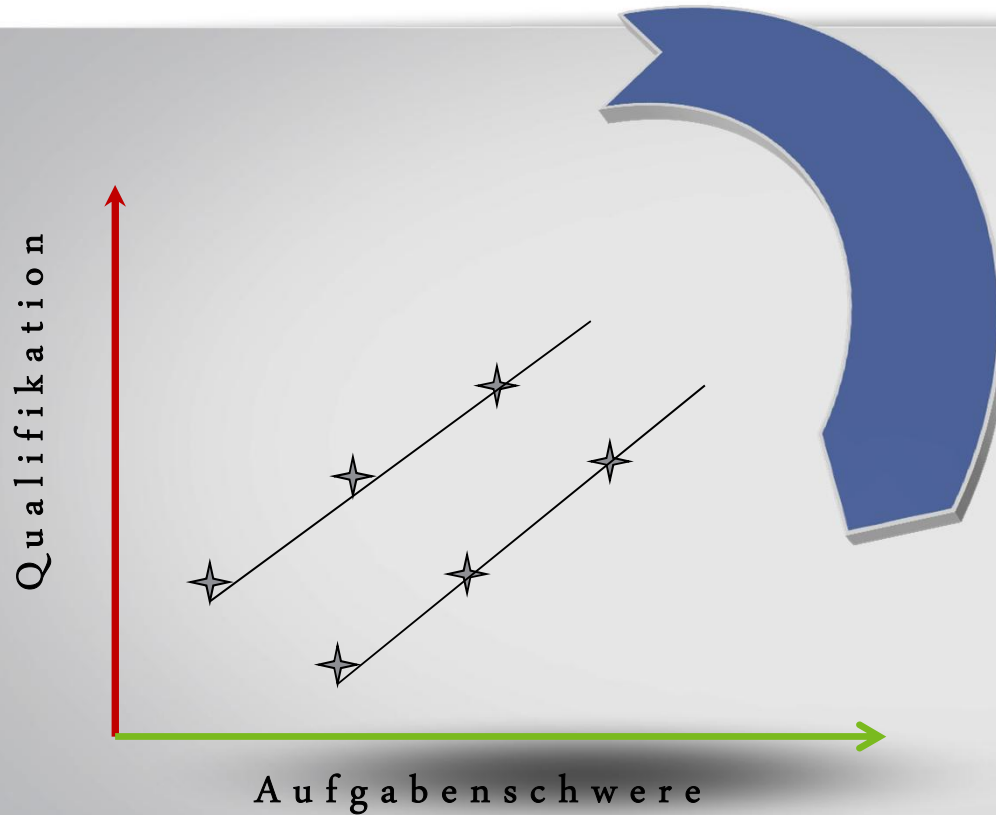
„**Kopf-**“Ziele entlang der
persönlichen Motivation



„**Bauch-**“Ziele entlang der
persönlichen Motive

Leistung aus individueller Sicht

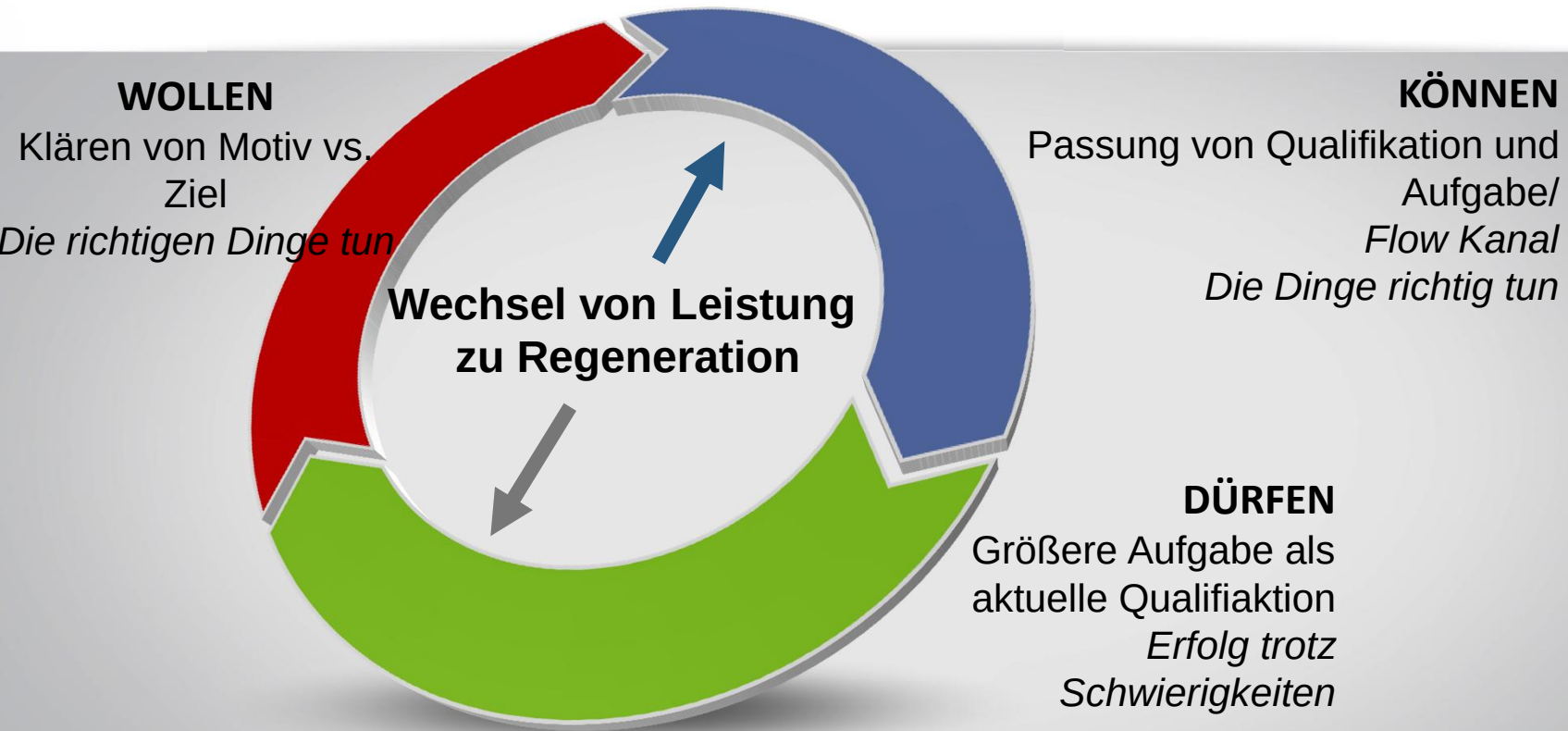
auf dem Spielfeld



KÖNNEN
Passung von
Qualifikation
und Aufgabe/
Flow Kanal

Wie entsteht dann Leistung im Unternehmen?

auf dem Spielfeld



Konsequenz: Sympathikus-Aktivierung

Nachteil: Parasympathikus- Hemmung

Die (*möglichen*) Konsequenzen

auf dem Spielfeld



KÖNNEN ist das, was zählt!

nach dem Spiel



Perspektivzentrum

Heinestrasse 16 | 35452 Heuchelheim /Kr. Giessen

Telefon 0641 – 9 72 72 44 – 0

eMail dialog@leistung-fuer-morgen.de

Web www.leistung-fuer-morgen.de

