



Infoblatt zum +eins Band

Das +eins Band kann dabei helfen, die individuelle Bestform auf Skitouren zu erreichen also den Zustand, in dem alles Wissen und Können in Verhalten umgesetzt werden kann. Es unterstützt den Lernprozess in welchem die eigene Bestform und möglichen Strategien diese zu erreichen, entdeckt werden.

Das +eins Band verfolgt drei Ziele:

1. Der Anwender lernt seinen optimalen Zustand zum Entscheiden kennen.
2. Der Anwender lernt Strategien, um in Richtung seines optimalen Zustands zu kommen
3. Der Anwender erkennt Unterwegs seinen Zustand und macht einen +eins Schritt.

Die Entscheidungsfindung beim Thema Lawinen ist individuell und gelingt am besten im eigenen optimalen Zustand. Um diesen zu erreichen sind individuelle Strategien nötig. Das +eins Band basiert darauf, dass Menschen im Bezug auf ihren optimalen Zustand und ihre Strategien selbst am meisten wissen und ihre eigene Lösung finden. Deshalb stellt das +eins Band Fragen statt Ratschläge zu geben.

Das +eins Band hilft dabei, eigene fördernde und hemmende menschliche Aspekte beim Skitouren gehen zu erkennen und damit um zu gehen. Im besten Fall ist der Anwender in seinem optimalen menschlichen Zustand unterwegs und sein Fachwissen kommt voll zur Anwendung. Sein Verhalten entspricht seinem Wissen und Können und wird nicht durch psychologische Mechanismen (Gruppendruck, Stress..) behindert.

Das +eins Band ist ein Werkzeug auf Basis von Skalierungsfragen, einer bewährten Methode in Coaching und Beratung.

Damit das +eins Band optimal nützt, braucht es eine sorgfältige und individuelle Analyse des optimalen Zustands auf Skitouren und den erfolgreichen Strategien um diesen zu erreichen. Deshalb kann man das +eins Band nur mittels einer persönlichen Standortbestimmung (siehe Manual) erhalten.



Abbildungen: Prototypen des +eins Bandes. Die Form des Werkzeugs ist sekundär. Es sollte leicht zum Knoten sein, mindesten 25cm lang und im Standortgespräch persönliche Bedeutung erhalten.