



Badminton

ASKÖ Wien holte 7 Titel bei Bundesmeisterschaften

In Klagenfurt fanden die diesjährigen ASKÖ-Bundesmeisterschaften im Badminton statt. Bei diesem Turnier handelt es sich um das Einzige in Österreich, bei dem alle Altersklassen (vom „kleinen“ U11er bis zum „alten“ Seniorenspieler SK50) gespielt werden.

Wien wurde durch insgesamt 20 Spieler/innen repräsentiert und konnte sich über insgesamt sieben Titel und noch viel mehr Silber- bzw. Bronzemedailen (insgesamt 13 Stück) freuen.

Erfolgreichster Teilnehmer aus Wiener Sicht war dabei Dominik Stipsits, der sich drei Titel (U17-Herren-Einzel, U19-Herren-Doppel sowie im U19-Mixed-Doppel) sichern konnte. Weitere Goldmedaillen wurden durch Philipp Opelc/Gabriel Semerl (U13-Herren-Doppel), Armin Griebler (gemeinsam mit Christoph Syrch aus NÖ im U15-Herren-Doppel), Tina Riedl (gemeinsam mit Anna Demmelmayer aus der Steiermark im Damen-Doppel der Allgemeinen Klasse) sowie von Wolfgang Lubner (Seniorenklasse 45+-Herren-Einzel) gewonnen.

MICHAEL JUCIES – ASSISTENT DER GESCHÄFTSLEITUNG

Kommunikation / Veränderungsarbeit / Coaching



MIT BAUCH UND HIRN

Eine MOVE-Leserin schrieb mir Folgendes:

Sehr geehrter Herr Jucies!
Ich verfolge Ihre Kolumne seit ihrem Bestehen mit großem Interesse. Sie greifen in Ihren Beiträgen sehr spannende Themen auf, die für mich sowohl gut nachvollziehbar als auch inspirierend sind. Und dennoch scheint es mir so, als hätten Sie für jedes Thema und Problem eine passende Technik zur Hand. Ich persönlich bin ein sehr intuitiver Mensch. Bei wichtigen Entscheidungen kann ich mich sehr gut auf mein Bauchgefühl verlassen. Auch auf dem Golfplatz funktioniert mein Schwung nur dann perfekt, wenn ich aus dem Gefühl heraus schlage. Denke ich zu viel, geht gar nichts mehr. Jetzt können Sie vielleicht verstehen, dass Ihre Ausführungen für mich durchaus Sinn machen, und dennoch habe ich Sorge durch zu viel bewusstes Nachdenken und durch zu viel Technik, meine Intuition zu verlieren. Mich würde sehr interessieren, wie Sie darüber denken ...

Auszug aus meiner Antwort:

Sehr geehrte Frau ...!
Zunächst einmal vielen Dank, für Ihr persönliches Schreiben.
Ihr Bauchgefühl hat Sie auch bei Ihren Einschätzungen bestens beraten. „Never change a winning team“ heißt es oft beim Mannschaftssport. Im übertragenen Sinn könnte man sagen, dass Ihr „inneres Team“ tadellos funktioniert. Ergänzend dazu muss man sagen, dass auch unsere Intuition nach gewissen Gesetzmäßigkeiten funktioniert. Die Intuition bedient sich einfacher Faustregeln, die in unseren eigenen Erfahrungen gründen. Liefern diese inneren Prozesse gute Ergebnisse, spricht man von einem gut funktionierenden Bauchgefühl. Die Wissenschaft der Neurobiologie und Psychologie hilft uns dabei, diese unbewussten inneren Prozesse besser zu verstehen. Diese Erkenntnis unterstützt uns maßgebend bei der Schritt-für-Schritt-Umsetzung von Veränderungen. Dass aber zu viel Nachdenken unsere Intuition negativ beeinflussen kann, stimmt. Zu Ihrem Beispiel der intuitiven (unbewussten) motorischen Fertigkeiten beim Golf spielen fällt mir eine Studie von Prof. Dr. Sian Beilock (University of Chicago) ein. Diese Studie zeigt ganz klar, dass geübte Golfspieler mit weniger Nachdenken vor dem Schlag bessere Ergebnisse erzielen.
Für weniger geübte Spieler ist allerdings genau das Gegenteil der Fall. Sie brauchen die bewusste „Schritt-für-Schritt-Anleitung“, also wenn man so will, eine Technik ...

Fazit:

Bauchgefühle von Experten beruhen auf unbewussten Fertigkeiten, deren Ausführungen durch zu viel Nachdenken beeinträchtigt werden können. Wollen wir aber Neues erlernen oder uns verbessern oder verändern, bedarf es unterstützender Techniken, um uns in späterer Folge wieder auf unser Bauchgefühl verlassen zu können.

Für spontane Fragen, Wünsche und Anregungen stehe ich Ihnen gerne telefonisch oder per E-Mail zu Verfügung. Alle meine Beiträge und mehr finden Sie auf unserer Homepage unter Service/Kommunikation. Tel.: 01/869 32 45-24; Mobil: 0676/847 464 19; E-Mail: michael.jucies@askoe.at

Michael Jucies: Seit 1993 in der ASKÖ-Bundesgeschäftsstelle tätig. Seit 2005 Assistent der Geschäftsleitung. NLP-Trainer, Systemisches Coaching, Lebens- u. Sozialberatung u. Supervision, Hypnose-Coach, Sozialkapital-Manager.