

F R E I — E
R E D — N E R
— I N N E N

menschen & geschichten

DER REDNERSHOP

Transkript

REDE FREIE TRAUUNG
„SEGELTÖRN“
VON HEIKE PROBST

Erstellt von: www.freiredner-ausbildung.com

*Diese Unterlagen sind ausschließlich für die Kund*innen des Rednershops bestimmt. Es ist untersagt, diese Unterlagen zu kopieren, oder an Dritte weiterzugeben.*

© 2022 - Martin Lieske

SEGELTÖRN

Janina und Oliver

- Überlegt, wie Beziehung am besten beschreiben?
- Habt mir erzählt: reist gerne und viel
- Aber eine Reise steht noch aus
- Dachte mir, nicht nur über Eure Beziehung sprechen, sondern sie erleben

„Genau auf dieser Reise. Ihr zwei unternimmt gemeinsam einen Segeltörn.“

I Vorbereitung

- Macht man nicht einfach so: braucht Vorbereitung
- Man sagt nicht „Ach los komm – ab, Jacke anziehen, auf geht’s!“
- Muss organisiert werden
- Was denn?
- Klar: Bootsführerschein
- Macht ihr beide
- Wie sieht’s weiter aus?
- Janina, Du suchst Bootsvermietung raus
 - Guckst Referenzen an
 - Recherchierst
 - Findest schnell gute Lösung
 - Hast alle Details angeguckt
 - Passt

„Ja und, was ist mit Oliver?“ ...*PAUSE*... „Olli ist weg.“

- Janina, könntest nervös werden – wirst es nicht
- Olli taucht nach Tagen wieder auf:
 - Haare sind gewachsen
 - Bart
 - Augenringe
- Wo war Oliver? „Ja, Olli, wo warst Du denn?“
- War im Tunnel
- Hat sich gedacht: „Wollen wir richtig segeln oder nicht richtig segeln?“
- Eingeschlossen
- 24 Std am Tag
- Alles – wirklich ALLES - gelesen, was man zum Segeln lesen kann
- Nichts, was Du nicht gesehen hast
- Erste Profisegler rufen bei Olli auf Handy an
- Tauschen sich mit geschätztem Kollegen über neueste Fahrmanöver aus
- Wenn man alles weiß, kann nichts mehr passieren
- Olli ist ruhig
- Ruhe trifft nicht auf Dich zu, Janina
- Nicht mehr viele Tage - Kopf arbeitet:
 - Wie wird Wetter?
 - Was mitnehmen?
 - Was tun bei Wind?
 - Spezielles einpacken?
 - An etwas denken, was Olli nicht auf dem Schirm hat?
- Bevor Du weiter nachdenkst: Anruf bei Elli
- Trainerin aus Segelschule – habt Euch gut verstanden
- Wenn Janina Elli anruft, ist das nicht nur: „Sag mal, ich bräuchte mal paar Insider Tipps!“
- NEIN

- Wenn Janina nach Telefonat auflegt, wissen wir alle:
 - Sie kennt Beziehungsstatus in Ellis Ehe
 - Weiß, welche Matheaufgaben Kinder in dritter Klasse gerade haben
 - Dass Hund letzte Woche aus Hundeklinik zurückkam und Bein noch nicht ganz verheilt ist

⇒ Standard, wenn Janina Telefonat annimmt
- Olli, hast berichtet, wie sehr Dich das fasziniert, dass Janina so gute Zuhörerin ist
- Hast gesagt: „Ich habe durch sie zuhören gelernt und einfach mal die Klappe zu halten.“
- Janina hat wirklich zugehört
- Hat sich gelohnt
 - ist mit allen Vorbereitungen fertig
 - Tasche gepackt wie vom Profi
- Bei Olli? – Tasche ist noch im Schrank
 - Halbe Stunde vor Trip: Tasche raus und einfach alles rein
 - Passt
 - Wird funktionieren
 - Ja, Badehose (bleibt sonst immer liegen) wird auch eingepackt – Janina, Du denkst mit dran

„Also, auf geht's – los zum Hafen.“

2 *Skipper und Crew*

- Kommt am Hafen an
- Seht Euer Segelboot: Boot für zwei
- Wieso?
- Reist ohne weitere Crew
- Eine Entscheidung steht noch aus:

- Wer ist Skipper (= Kapitän) an Bord?
- Hauptaufgaben:
 - Trifft Entscheidungen - gerade, wenn's brenzlig wird und schnell gehen muss
 - „Außenminister“ an Bord – wenn Polizei oder Behörden Fragen haben
- Als sie in Segelschule gehört haben „Außenminister“ war schon klar: Job übernimmt Olli
- Olli geht ans Steuer
- Legt ab
- Seid auf Meer unterwegs

3 Geschwindigkeit

- WUSSTEN SIE, dass schnellstes Segelboot ungefähr 65 Knoten (etwas über 121 km/h) fährt?
- Auf Wasser ordentliche Geschwindigkeit
- Geschwindigkeit, an der Oliver nicht wirklich Interesse hat
- Denn, wie haben Deine Kölner Jungs gesagt:
„Der Greis gefangen im Körper eines Jünglings.“

„Also, schön sachte bleiben.“

- Janina wirst nervös
- Merkst, wie Oliver verträumt übers Meer guckt
- Achtet nicht mehr so auf Kompass
- „Argh... immer diese Sonntagsfahrer! Janina, Du kennst dieses Gefühl nur zu gut.“
- Wirst nervös
- Olli, Du merkst die Nervosität
- Triggert Dich

- „Man sagt: Konflikte, die normalerweise nicht unbedingt zum Problem werden würden, entladen und verschärfen sich auf See.“
- Kann laut werden
- Nicht bei Euch
- Gebrüllt wird nicht
- Habt gesagt: „RESPEKT ist für uns in der Beziehung das Allerwichtigste.“

4 Aufgabenteilung und Zusammenarbeit an Bord

- Wie ist Aufgabenteilung
- Festgelegte Aufgabenbereiche?
- Janina und Oliver tauschen Rollen, so oft es sich anbietet
- Warum?
- Jeder soll spüren, was es bedeutet,
 - Reff einzubinden (Segel zu verkleinern) oder
 - bei Wellengang unter Deck Navigationsarbeit zu leisten
- Nur so können die Beiden wissen, wie es jeweils anderen geht
- Nur so nachvollziehen und -empfinden, was es heißt, bei richtigem Seegang unten nach bester Route zu gucken
- Ihr funktioniert wie Einheit an Bord
- Was macht diese Einheit sonst noch aus?

„Ihr seid eine Einheit, weil Ihr Euch immer im Blick habt.“

Warum habt Ihr Euch immer im Blick?

Weil Ihr INTERESSE FÜREINANDER habt.“

- Wer Euch beobachtet, sieht das die ganze Zeit
- Immer den Anderen immer im Augenwinkel

- Nicht nur Flüchtigkeitsblick: „Alles klar, dem geht's gut – Danke, tschüs!“
- Habt den Anderen immer mit im Visier
- Seht Euch WIRKLICH
- Spürt, wie es dem Anderen geht
- Was er braucht
- Wann man hinget, weil dem Anderen Wellengang zu viel wird und man Steuer übernimmt
- Wenn sie sich nicht sicher sind, fragen sie:
 - Wie geht's Dir?
 - Ist alles in Ordnung bei Dir?
 - Kann ich Dir helfen?
 - Kann ich etwas für Dich tun?

- Wenn es länger dauert – egal wann Ihr ankommen wolltet:
 - Setzt Anker
 - Bleibt stehen
 - Auch wenn es gesamte Reise verzögert
 - ⇒ „Hauptsache, wir sehen WIRKLICH wie es dem Anderen geht.“
- Finde, wir können dabei etwas SO WICHTIGES lernen von Euch:
 - Richtig schön, dass Ihr den Anderen nicht für Selbstverständlich nehmt

„Ihr wisst, nur weil Ihr heute eine super Crew seid, heißt das noch lange nicht, dass Ihr auch morgen, übermorgen und die nächsten Wochen oder Jahre zusammen das Meer erkundet.“

- Oder sicher unterwegs seid – nur weil Ihr Crew seid

PAUSE

„Vielleicht überlegen Sie auch nochmal für sich: Wie selbstverständlich ist Ihr Partner, ist Ihre Partnerin für Sie. Und ist es so, dass Sie Ihren Partner eher anschauen? Oder sehen Sie ihn wirklich.“

- Mir hat es geholfen, Euch kennenzulernen
- Muss gestehen: Bin zu einer besseren Beobachterin geworden

5 *Navigationsausfall*

- Schon eine ganze Zeit unterwegs
- Janina: jetzt am Steuer
- Guckt auf Messinstrumente
- Kann das sein?
- Tatsächlich
- Komplette Elektronik – AUSGEFALLEN:
 - Seekartenplotter
 - Seefunkgerät
 - nichts funktioniert mehr
 - ⇒ KATASTROPHE
 - ⇒ Keinerlei Navigation
- Janina bleibt entspannt
- Warum?
- „Wer braucht schon GPS, wenn er „Olli Maps“ an Bord hat?“
- Selbst wenn Olli den Weg gerade nicht wüsste (kommt nicht vor!)
- Selbst dann wüsstest Du, dass Ihr jeder Situation auf See entgegentreten könnt
- Wie hast Du gesagt: „Ich habe ein ganz sicheres Gefühl in mir drin, denn ich weiß, dass Oliver für mich da ist.“

6 *Abschluss*

- Mit diesem Gefühl neigt sich Tag Ende entgegen
- Ihr geht an geeignetem Platz vor Anker
- Abendessen
- Glas Aperol Spritz
- Bei Euch sieht man – egal was passiert: Ihr bleibt auf Kurs
- Nicht nur weil Ihr gutes Team seid
- Noch aus einem anderen Grund
- Möchte Rede mit Deinen Worten beenden, Janina:

PAUSE

„Ich weiß, dass er mich liebt, weil ich weiß, dass wir beste Freunde sind.“