

Geerdeter Himmel & gehimmelte Erde

Diplomarbeit

Systemische Prozessgestaltung mit kreativ-rituellen Methoden
Erlebnispädagogik nach Plano Alto



Eingereicht von Christina Pürgy_KRPG 15
August 2014

1. Einleitung

THE EARTH'S APPRENTICE

What am I to be when I have grown up
so many vocations, voices and choices
and in the end I never really know.

Even within one profession there is much and more
and I again don't know where upon to turn.

Questions challenge me with being just – just being isn't any more.
What are you good at? Will this help to find a nest?
Which road is leading you? What does the passage cost?
What is your honest passion? Does this merge with humble ambition?

Today her heart-hunters found me sitting still.
No application – just an offer,
no investment – but a commitment of mine,
no books or charts – but webs and eons of wisdom.
No company – but systems and processes as a matter of fact,
no career goal – but a path to rely on,
no boss – but an omnipresence.
My office – here and now,
my salary – the holy seed.

I am the Earth's Apprentice.

2. Lebenslauf

a. Bio

b. Mein persönlicher Bezug zur systemischen Prozessgestaltung

Als wir an unserem letzten Landtag in Griechenland im Biographie- und Selbsterfahrungsmodul unterwegs waren, war ich „Zeugin“ im Mythenspiel „Momo“. Während des Spiels fielen plötzlich die Zweifel, ob das wohl die richtige Ausbildung sei mit einem Schlag von mir ab und es stieg ein hoffnungsvoll-freudiges Gefühl in mir auf, dass ich dem was ich mir unter beruflich-persönlicher Erfüllung vorstelle, mit der kreativ-rituellen Prozessgestaltung näher kommen zu können.

An der systemischen Prozessgestaltung berührt mich, ein Teil des fassbaren und unfassbaren „Großen Ganzen“ zu sein; es ist schön verschiedenen Menschen, ihren Geschichten, Freuden und Herausforderungen zu begegnen; und an einem Setting mitzuwirken, dass atmosphärisch und erdig gleichzeitig ist, ein Geist- und Handwerkzeug zu erlernen, dass praktisch, kreativ, geplant, intuitiv kommunikativ, lebensnah und spirituell in gleichem Maß ist; dabei eine Rolle einzunehmen, die eigenständig und gemeinschaftlich wirksam ist.

- ✿ Systemische Prozessgestaltung und alles was an persönlicher Haltung, Welt- und Menschenbild dazugehört, kann dazu beitragen, Mut und Zuversicht zu haben, schöpferische und loslassende Handlungen zu setzen.
- ✿ In der systemischen Begleitung liegt enormes Potential, Menschen in ihrem Facettenreichtum wahrzunehmen und anzuerkennen. Auch „ungehörliche“ bzw. unerwartete Prozesse werden als passend, sinnhaft und stimmig für sich stehen gelassen.
- ✿ KRPG als Methodenspektrum und Haltung erdet mich d.h. ich kann mich als Ganzes einbringen. Wichtiges Lernfeld: Das was ist, ist ausreichend gut und genug! Einem Ideal nach zu hetzen und eifern verhindert mehr als es ermöglicht.
- ✿ In der kreativ-rituellen Prozessgestaltung fühle ich mich geborgen, weil ich – mehr als im Alltag – wahrnehmen kann, dass Orte, Zeiten und Situationen „Hand in Hand“ als komplexes Netzwerk und nicht als wenn-dann, existieren.

Was mich immer davon abgehalten hatte einen tatsächlich theologischen oder spirituellen Berufsweg einzuschlagen war das Bedürfnis eine Formensprache zur Verfügung zu haben, die sowohl „transzendenzbewussten“ als auch sachlich-weltlichen Persönlichkeitstypen gerecht wird und dadurch eine Verständnisebene zwischen Personen mit unterschiedlichen Welt- und Menschenbildern entstehen kann.

Und als ich dem Spiel auf dieser Naturbühne im griechischen Sand zusah, auf Gesichter, Körper und Kulisse blickte, die sich gleichzeitig in eine und viele Geschichten nebeneinander verwandelte, da hab ich mich so darüber gefreut an etwas mitzuwirken von dem ich glaube, dass es Wege öffnen kann! IT-Menschen, SozialarbeiterInnen, WissenschafterInnen, die HandwerkerInnen, BildungsarbeiterInnen, SportlerInnen - alle hatten Anteil an etwas Eigenem und Gemeinsamem im selben Prozess gefunden.

2. Profil

a. Angebotspalette

Folgenden Fragestellungen & Entwicklungsprozesse möchte und werde ich mich in Einzel- und Gruppenprozessen widmen:

- Entwicklungsprozesse mit zivilgesellschaftlich handelnden Menschen, Projekten, Organisationen, AktivistInnen und Bildungseinrichtungen
 - Projekt-, Prozess- und Teamplanungen sowie Reflexionen
 - Balance- und Schattenarbeit
 - Bearbeitung und Reflexion tiefenökologischer und ökopsychologischer Aspekte auf persönlicher & gesellschaftlicher Ebene
- Potential- und Zielarbeit in der Berufs- und Karriereplanung
- Biographiearbeit, Lebensfeste & Übergangsbegleitungen
- Geschichten, Märchen & Mythen und ihr Einfluss auf Lebensbereiche und -abschnitte
- Kreativ-rituelle Gestaltung & Moderation von Festen, (Bildungs)Veranstaltungen und Einzelbegleitungen in freier Natur

Zielgruppen:

- AktivistInnen, Erwachsene und Jugendliche im Kontext von Zukunftshandeln, Mobilität, Umwelt- und Ökologie
- Menschen in prägenden Lebensphasen z.B. SchulabgängerInnen – StudienanfängerInnen – Arbeitssuchende - junge Eltern - Best AgerInnen - Reisende – Migration/Remigration
- Vereine im Kontext von Körperarbeit z.B. Yiguan, Yoga, Meditation

Methodenpalettte:

- Systemische Erlebnispädagogik / Kreativ-rituelle Prozessgestaltung nach Plano Alto
- Methoden aus der pädagogisch-begleitenden Märchen- und Mythenarbeit
- Tiefenökologische Übungen nach Joanna Macy & Molly Young Brown
- Solozeiten und ökopsychologische Aktivierungen (David Key & Margaret Kerr)
- Körper-/Bewegungsarbeit in Kooperation mit dafür ausgebildeten Personen z.B. Yoga, Yiquan, Kajak, Schneeschuhwanderungen;

b. INITIATIVE NATURREFLEX – Raum für tiefes Entdecken & systemisches Tun

Als wir die Aufgabe bekamen ein Angebot auszuschreiben und zu dokumentieren wollte ich – trotz des „Übungsstatus“ unbedingt einen Namen und ein Logo bzw. einen stimmigen graphischen Auftritt, der (so gut es geht) meine derzeitige Vision bzw. Motivation, aber auch ein Natur- und Menschenbild ausdrückt. Ein quasi passendes Gewand für den Inhalt.

Folgende Gedanken und Visionen habe ich dazu:

- eine Zeitspanne oder auch ein mentaler/physischer Raum, der aktiv betreten wird um *naturhaft/der eigenen Natur entsprechend/ authentisch* zu handeln und dabei zu lernen.
- ein Prozess, der sich intuitiv und schöpferisch entfaltet,
- eine Begegnung mit Natur / den Anderen /unserem Selbst auf möglichst vielen erfassbaren Ebenen
- die Widerspiegelung und Sichtbarwerdung von Phänomenen, Gesetzen, Mustern und Handlungsmöglichkeiten

Einem glücklichen Zufall habe ich es zu verdanken, dass es bereits zu diesem frühen Zeitpunkt eine Art Logo/symbolische Visualisierung für die Initiative *Naturreflex* gibt.



Meine Freundin Hadwig Soyoye-Rothschädl hat im Rahme ihrer Ausbildung zur Mediengestalterin nach einem realen Seminarbeispiel für Logo-/Homepage-/Printprodukt-Entwicklung gesucht – sie hatte es satt für imaginäre KundInnen zu entwickeln.

Hadwig und ich kennen uns u.a. aus unser beider Engagement für urbane Gemeinschaftsgärten und teilen die Leidenschaft für Bäume (im Erstberuf ist sie Landschaftsplanerin). Wir trafen uns auf einen Café und ich schilderte Hadwig meine Pläne zum Diplomprojekt „Naturbegleitet“ und auch meine Wünsche und Ideen für die Zukunft in der prozessgestalterischen Tätigkeit.

Nicht lange danach trafen wir uns zum 2. Mal und Hadwig beeindruckte mich mit ihrer Ideenpräsentation! Auf meinen Wunsch hin enthielt das Logo die Farben Grün & Rot. Als Leitsymbol hatte sie das Hainbuchen-Blatt gewählt – und das nicht ohne Grund, wie sie mir erzählte!

Ihre Assoziationen mit Naturreflex und mir als Person, die damit verbunden werden soll:

- Anpassungsfähig
- Flexibel
- Heimisch
- Widerstandsfähig

Zuhause angekommen, begann ich natürlich gleich mich mit der Hainbuche auseinander zu setzen:

„Die Namen Hainbuche wie auch Hagebuche leiten sich vom althochdeutschen „haganbuoche“ ab, wobei „Einzäunung“, „Hecke“ bedeutet, und sich auf die Schnittfähigkeit der Pflanze bezieht. Ersterer, jüngerer Name steht ab dem Mittelalter zu Hain „kleiner Wald“ als Wortbildung zu Hag, da Hainbuchen klimatolerant sind und auch auf dem freien Feld gut gedeihen und daher Haine bilden können. [...] Hainbuchen bilden in tiefgründigen Böden tiefreichende Herzwurzeln aus. [...] Als Heilpflanze wird die Hainbuche in der Bach-Blütentherapie (Hornbeam, englische Bezeichnung für die Hainbuche) gegen Übermüdung und Erschöpfung.“¹

„**Hag**“ ist ein altes deutsches Wort für die Hecke, die ihre Funktion als Grenze bzw. Zaun zwischen dem Haus/menschlichen Behausungen/Dorf etc. und der dahinter liegenden Wildnis hatte. Die Figur der *Hagazussa* bzw. *Hexe* hatte dort ihre Revier, denn sie war ihrem Namen entsprechend die „Zaunreiterin“.

¹ <http://de.wikipedia.org/wiki/Hainbuche>

Hecken als Hort der Vielfalt, Wanderwege der Biosphäre (Pflanzen & Tiere gleichermaßen migrieren und siedeln sich in Hecken an), Platz für (Verstecken)Spiele, Gespräche, aber auch nonverbal unmissverständliches Signal bis wohin welche Territorien reichen.

Und nicht zuletzt der Begriff des „**Hain**“ – ein meist höher und auffallend gelegener Baumort, der als gesellschaftlich bedeutsamer Platz in z.B. der keltischen Kultur bekannt ist. Ein Ort der Begegnung, der Auseinandersetzung, der Zusammengehörigkeit und auch der Verbindung zum großen Ganzen.

Zum alternativ-medizinischen Heilpotential fand ich folgende Informationen, die mich aufhorchen ließen, da es sich m.E. um symptomatische Befindlichkeiten in unserer Gesellschaft handelt:

„Die Art von Müdigkeit, bei der wir Hornbeam verwenden, ist eine Ermattung, die sich mehr im Gemüt als im Körper zeigt. Es gibt Zeiten, da ist der Mensch von Gemüt ergriffen, ob er genügend Kraft oder Befähigung besitze, um dem Leben oder seiner Arbeit standzuhalten. Dessen ungeachtet erfüllt er aber in der Regel seine Aufgabe ohne Schwierigkeiten.[...] Der positive Aspekt von Hornbeam zeigt sich in denen, die sich ihrer eigenen Kraft und Fähigkeit bewusst und gewiss sind, auch wenn ihre Arbeit zuweilen ihre Möglichkeiten zu übersteigen scheint.“²

„Kommt dann noch ein Mangel an Bewegung dazu kann es zu Augendruck, Kopfschmerzen, Herz- und Magenschmerzen kommen. Auch wenn geistige und körperliche Aktivitäten, und sei es nur ein Spaziergang oder ein Besuch bei Freunden das Wohlbefinden verbessern würde, kann man sich einfach nicht dazu aufraffen. Viel leichter ist es, sich vom Fernseher oder Computer berieseln zu lassen, um am nächsten Tag von dem gleichen Schwächegefühl geplagt zu sein. [...] Dass diese Schwäche einen mentalen Ursprung hat, ist daran zu erkennen, dass das schlappe Gefühl wie wegblasen ist, wenn plötzliche Abwechslungen oder Anregungen eintreten, wie zum Beispiel ein unerwarteter Besuch von Freuden. Die heilende Wirkung der Weißbuche befreit von dieser mentalen Erschöpfung und gibt seelische Frische, neuen Antrieb und geistige Spannkraft.“³

Insofern sehe ich das Hainbuchen-Blatt als sehr passendes Logo, einerseits stärken die Qualitäten von Hainbuche/Hornbeam die Ziele und Menschen, die ich mit Workshops/ Trainings/Veranstaltungen von Naturreflex erreichen und unterstützend begleiten möchte, darüber hinaus tun mir in meinem Sosein die Heilkräfte der Hainbuche/Hornbeam bestimmt ebenfalls sehr gut.

Für das Plakat hatte sie noch mit weiteren visuellen Elementen gespielt zu denen ich mir meine Gedanken gemacht habe:

- Schneckenhaus → Naturreflex als Raum in dem man sich aus seinem Rückzug herauswagen kann
- Flussbiegungen → das Leben nimmt immer wieder Wendungen und hinter jeder Biegung kann etwas unerwartetes auftauchen
- Fuss-Abdrücke → Menschen und Momente im Leben hinterlassen Spuren; barfuss Sein in der Natur als schönes Verbindungserlebnis

² http://www.milleartifex.com/bach/bachbluete_hornbeam_18.htm

³ <http://www.incantator.de/hornbeam-die-weissbuche-gegen-lustlosigkeit/>

3. Beschreibung der Systemischen Erlebnispädagogik

a. Kreativ-rituellen Prozessgestaltung

ist eine „Spielart“ der (systemischen) Erlebnispädagogik, funktioniert „autopoietisch“⁴ und handelt in vier Methodenfelder; viele Techniken lassen sich aber nicht nur einem dieser Felder zuordnen.

KRPG bezieht sich auf und versteht sich als Mehr denn die Summe aller Einzelheiten wie bildhafte, sinnliche, physische, mentale Erfahrungs- und Lernimpulse sein. Dazu gehören u.a. Begegnungen, Beobachtungen, Ereignissen, Erlebnissen und Gedanken – sowohl die planvollen als auch zufälligen. KRPG ermöglicht und fördert selbstverantwortliche Entwicklungsprozess von Einzelpersonen sowie losen und zusammenhängenden Gruppen indem Probehandlungen, neue Aspekte und aktiv (Eigenes) und passiv Erlebtes (als ZeugIn) bemerkt und evtl. auch interpretiert, bearbeitet und in den Alltag, soziale Systeme und die eigene Persönlichkeit integriert wird.

Weitere zentrale Elemente von KRPG sind

- **Natur** in ihrer Vielgestaltigkeit ist dabei mehr als ein pädagogisches Instrumentarium. Natur in der systemischen Prozessgestaltung ist Raum, Methode, Spiegel, Referenz, Partner, Setting, Medium, etc.
- **Raum** umfasst zeitliche, räumliche, metaphorische, leere und metaphysische/transzendenten Dimensionen, daraus ergeben sich in der systemischen Prozessgestaltung u.a. Erfahrungsräume, Gedankenräume, Reflexionsräume, Handlungsräume, Spielräume, Zwischenräume, Zeiträume, Erzählräume, Symbolräume, Gesprächsräume, Komfort- und Risikoräume...
- **Kommunikation** ist dabei mehr als verbale und non-verbale Verständigung zwischen Menschen als Erzählende (homo narrans) und Spielende (homo ludens), sondern findet auch auf vielen anderen Ebenen statt z.B. Kommunikation durch/mit inneren und äußeren Bildern, Dialoge in/durch/mit der Natur und Elementen bzw. Qualitäten der Natur etc.

Neben den bewussten und absichtsvollen Abläufen z.B. Tätigkeiten, Gestaltungen und Aktivitäten, Zeiteinteilungen etc. (= eine Art Dramaturgie) werden „sich von selbst“ entwickelnde Phasen und Momente zugelassen und es wird ihnen eine angemessene bewusste Aufmerksamkeit entgegengebracht.

Aktivierende und reflexive Impulse sind darauf ausgerichtet Fähigkeiten zu entwickeln, Talente erfahrbar werden zu lassen, Ressourcen zu mobilisieren, Handlungsspielräume zu erweitern, Möglichkeiten an sich heranzulassen, Lösungen zu finden. Das heißt aber nicht, dass es darum geht eine Umgebung mit „Eitel-Wonne-Griesschmarrn“-Atmosphäre zu erzeugen. Die Bewältigung von Herausforderungen, Verarbeitung von (als solche wahrgenommene) Rückschlägen und das Aushalten von emotionalen Prozessen wird – keinesfalls provoziert – aber ebenfalls als elementares Lern- und Lebensmomentum angesehen. KRPG vermittelt, fördert und fordert in der systemischen Begleitung (und darüber hinaus) zurückhaltende Bereitschaft, Achtsamkeit, konstruktiv-fragende Gesprächsführung, Lösungs-, Prozess-, Ressourcen- und Handlungsorientierung sowie bild- und symbolhaftes Denken.

Grundlegende Repertoires und experimentelle Settings kommen gleichermaßen vor. Augenmerk muss dabei immer auf die kompetente Unterscheidung und Anwendung

⁴ <http://lexikon.stangl.eu/2312/autopoiese/>

von pädagogischen und (psycho)therapeutischen Impulsen in Berücksichtigung der jeweiligen Situation, Zielformulierungen, Formal-Qualifikationen, Begleitungskompetenzen und sicheren Räumen.

KRPG erachtet jene Phänomene als relevant, denen das Individuum oder die Gruppe eine solche Relevanz einräumt. Es obliegt der eigenen Haltung oder Gruppendynamik was als „Zufall“ und was als „Synchronizität“ angenommen werden will.

Grundsätzlich wird von integralen, ganzheitlichen Zusammenhängen zwischen Innen-, Mit- und Umwelt ausgegangen und es ist alles vorhanden, was es in genau diesem Moment (von) genau dieser/n Beteiligten braucht.

KRPG „lebt“ im Bewusstsein der unterschiedlichen Beziehungen zwischen Natur und Mensch und ermöglicht die Integration der vielgestaltigen Weltbilder in Bezug darauf. Die praktische Relevanz und theoretische Auseinandersetzung mit alternativen Erkenntnisquellen, Wissensdisziplinen und Formen des Lernens wird nicht nur anerkannt sondern auch aktiv gefördert u.a. Human- und Tiefenökologie, Ökopsychologie und -phänomenologie, Raum- und Feldtheorien, Kybernetik Morphogenetik etc.

Das Anwendungsgebiet von KRPG ist bereits jetzt sehr breit und umfasst u.a. Persönlichkeitsentwicklung, Team- und Organisationsprozesse, sozialpädagogische/-therapeutische Interventionen, Beratungs-, Mediations- und Coachingsequenzen sowie freizeitpädagogische Programme, Lebensübergangsfeste sowie Sport-, Firmen- und Familienevents.

b. Systemisches Arbeiten

Die Definition von „systemisch“ im Glossar von Kreszmeier & Hufenus ist kurz und bündig: „*Weltsicht, die findet, dass alle Wesen und Dinge miteinander verwoben sind, permanent interagieren und sich über Rückkopplungsprozesse definieren und voneinander abgrenzen.*“

Anstatt systemisches Arbeiten, Handeln, Wirken, Denken zu definieren, probiere ich metaphorisch mit dem Naturbild leuchtender Himmelskörper und seinem Wirken zu spielen:

- **DIE SONNE SCHEINT – AUF DEN DER SONNE ZUGEWANDTEN ERDFLÄCHEN IST ES NUN TAG.**

Sonnenlicht sowie systemisches Arbeiten erleuchtet das Areal das sie anscheinen und ermöglichen damit eine (vielleicht) vorher nicht dagewesene Erkenntnis, weil die Umgebung nun deutlicher als im Dunkeln wahrgenommen wird.

- **DIE SONNE SCHEINT UND ES IST NICHT NUR DA HELL WO ICH GERADE BIN, SONDERN AUCH IN WEIT ENTFERNTEN LÄNDERN.**

Auch die Gebiete die gerade nicht im Fokus sind, sind erleuchtet und könnten besser erforscht werden. Was man wahrnimmt und lernt hängt dann also im wesentlichsten vom eigenen Standpunkt und Blickwinkel ab.

- **WENN DIE SONNE AM HÖCHSTEN STEHT SIND SCHATTEN SEHR DUNKEL UND UNÜBERSEHBAR. JE NACH EINFALLSWINKEL DER SONNE VERÄNDERN SICH AUCH DIE SCHATTEN.**

Durch systemisches Arbeiten werden neben absichtlich erzielten Entwicklungsschritten in eine Richtung auch oft Aspekte sichtbar, die man lieber verborgen hätte. In welcher Form schattenhafte Eigenschaften von Prozessen,

Konstellationen, aber auch Personen wahrgenommen werden hat wiederum mit der Art der Fragestellung, dem Fokus, dem Kontext etc. zu tun.

- *OHNE DEN SCHATTEN UND DIE NACHT WÄRE SONNENLICHT AUF DAUER ZU HEISS UND TROCKEN.*

Systemisches Arbeiten lässt Raum und Platz dafür dass auch hemmende und/oder herausfordernde Aspekte anerkannt werden können. Ohne diese Erkenntnisschritte wären Entwicklungsprozesse lückenhaft, nicht lebendig und stimmig genug um nachhaltig integriert zu werden.

- *VOM MOND AUS SIEHT MAN WO DIE SONNE AUF DER ERDE HINSCHEINT UND WO GERADE NICHT. AUCH DER MOND IST VON DER SONNE BESCHIENEN UND HAT EINE TAG- UND EINE NACHTSEITE.*

Systemische Prozesse laufen überall – auch außerhalb des eigenen Umfelds - ab. Es ist quasi nicht möglich sich den Gesetzen der Verwobenheit und Bezugnahme aufeinander zu entziehen. Auch wenn man vermeintlich ganz woanders steht. Systemisches Arbeiten wirkt auch auf jene aus, die nicht aktiv mit eingebunden sind.

- *WENN ICH IN DIE SONNE BLICKE, KANN ICH IHRE RÄNDERN NICHT ERKENNEN.*

Ebenso schwer wie in die Sonne zu blicken, fällt es mir „systemisch“ in seiner Dimension, Tiefe, Entfernung und Schärfe zu erfassen und zu definieren – nichtsdestotrotz wärmt mich die Sonne und lebe ich unter dem Einfluss systemischer Prozesse.

- *DIE SONNE SCHICKT IHRE STRAHLUNGEN BZW. TEILE DER FREQUENZEN IN ALLE ECKEN DES SONNENSYSTEMS. WELCHE AUSWIRKUNGEN DAS HAT BLEIBT WISSENSCHAFTLICHEN SPEKULATIONEN ÜBERLASSEN.*

In welcher Form hier Rückkopplungen retour zur Sonne geschieht, weiß ich nicht und ich weiß auch nicht, ob es die ExpertInnen tatsächlich wissen. Aber das ist mit den Rückkopplungen in Prozessen wohl auch oft so. Woher ein bestimmter Einfluss schlussendlich kommt, ist bei einem so hohen Grad der Verwobenheit von Systemen wohl nicht letztgültig feststellbar. Und damit gilt es zufrieden zu sein :)

c. Methodenfelder

Naturerfahrung ist wohl der zentralste methodische Aspekt in der Erlebnispädagogik nach Plano Alto und beginnt in dem Augenblick, indem Aufmerksamkeit auf das gerichtet wird, das uns umgibt, am Leben hält, uns Sicherheit gibt und sinnliche Erfahrungen ermöglicht.

N.E. beziehen sich auf unsere Handlungs- und Wahrnehmungsdimensionen (siehe oben) und können demnach physischer, mentaler, emotionaler und transzendornter Art sein.

In der Naturerfahrung erleben wir uns im wesentlichsten als LEBENDIG.

Szenische Arbeit ist mehr als „Theaterarbeit“. S.A öffnet mit unterschiedlichen Techniken Raum für die Verkörperung und Darstellung von Erlebnissen, Konstellationen, Prozessen, Erkenntnissen, einzelnen Phänomenen, Personen, Eigenschaften, Qualitäten, etc. und funktioniert sowohl in Einzel- als auch in Gruppenarbeit.

Daher ist s.A. nicht unbedingt für Anfangsphasen von Prozessen geeignet, da sie im Regelfall an den Level von Vertrautheit, Intensität gekoppelt sind z.B. um sich ein- und loszulassen, Themen so unmittelbar u.U. vor einem „Publikum“ auszudrücken.

Die für mich herausragendste Eigenschaft des szenischen Arbeiten ist seine Wirkung, die im und oft nur im Moment – total mit Ort und Zeit verbunden – liegt. Im szenischen Arbeiten erleben wir uns besonders stark als HANDELND, GESTALTEND und VERÄNDERND.

Das Methodenfeld der **Kreativtechniken** setzt verstärkt auf bildnerische und dinglich gestalterische Tätigkeiten. Meiner Wahrnehmung nach laden sie verstärkt – sowohl in Einzel- als auch in Gruppenformationen – zu Flowerlebnisse im Stillen ein.

Junge Gruppen können damit niedrigschwellig in Kontakt mit systemischer Prozessgestaltungen kommen und erste „innere durch äußere“ Bilder aktivieren. Was der Körper in der szenische Arbeit leistet wird nun von Naturmaterial und hilfreichen Gegenständen erfüllt. Die ProtagonistInnen wirken in Verbindung mit einem bestimmten Medium und es ist gut möglich die Werke und Ergebnisse in Ruhe und mit viel Zeit aus verschiedenen Perspektiven zu erfahren.

Kreativtechniken lassen uns vertiefte Erfahrungen mit uns selbst und unserem Umfeld als SCHAFFENDE machen.

Rituelle Gestaltungen sind in ihrem Aggregatzustand wohl als „flüchtig“ zu bezeichnen und sind für mich der „zarte Nebel“ und gleichzeitig die „solide Kitmasse“ der systemischen Prozessgestaltung. Sie füllen dort aus wo Leere irritierend wäre und tun das so atmosphärisch dass das Erlebte nicht zu voll und erdrückend wird. Rituelle Gestaltungen sind – modern verpackt und im IT-Sprech ausgedrückt – der Reboot nachdem ein weiteres aktuelleres Programm auf das Betriebssystem gespeichert wurde. Mit ihrer Hilfe wird die innere Entwicklungsuhr wieder an die tatsächliche Lebenszeit angepasst, täten wir das nicht, so vermute ich, hätten wir zwar Ergebnisse aus der Prozessgestaltung, jedoch begleitet vom eigenartigen Gefühl, dass sie nicht dazu passen oder aus einer künstlich kreierten, unwirklichen Welt stammen.

Rituelle Gestaltungen appellieren an uns als RHYTMISCH FÜHLENDE und VERBUNDENE Wesen.

4. Praxisprojekte

a. Systemische Laufbahnorientierung: NATURBEGLEITET – DEM GLÜCK AUF DER SPUR

Entstehungsprozess des Seminars

Im Diplomprojekt wollte ich mich dem Thema „Lebens-, Arbeits- und Ausbildungsübergängen“ widmen. Im Verlauf der Konzeptentwicklung und ersten „Fehlschlägen“ wurde mir zunehmend wichtig dabei einen lustvollen und ganzheitlichen Zugang im Sinn einer Work-Life-Balance zu öffnen.

Und wie auch oft in der Arbeitswelt brauchte das Seminar mehrere Anläufe bis es tatsächlich stattfinden konnte. Also, was man fokussiert, das kann leichter geschehen und auch ich musste einige Wege gehen bis ich meinem Diplomprojekt tatsächlich „auf der Spur“ war.

Seminarkonzept

Ein mehr-moduliges systemisches Outdoor-Angebot für Menschen in beruflichen/biographischen Orientierungs- und Übergangsphasen.

Hintergrund:

In unserer gegenwärtigen Lebens- und Arbeitswelt gibt es kaum mehr einmalige Ausbildungsphase mit anschließender lebenslanger, kontinuitätsgeprägter Berufsausübung bei einer bzw. weniger Firmen. Ein paar der herrschenden gesellschaftlichen Paradigmen:

- Optionalität: *du kannst tun, was auch immer du möchtest; alle Wege stehen dir offen.*
- Individualisierung: *ich bin unabhängig, flexibel, mein Leben steht nur punktuell und peripher in Zusammenhang mit dem der anderen.*
- Wachstumsorientierung: *nur wer sich kontinuierlich besser/größer/mächtiger wird, kann bestehen.*
- Leistungsdenken: *wer nicht ab liefert, bleibt auf der Strecke.*
- Erfolgsparadigma: *sei deines Glücks eigener Schmid; Erfolg/Scheitern hängen davon ab, wie sehr du dich bemüht hast.*

Im Wissen dass „Schatten-Phänomene“ auch die Existenz von „lichten Seiten“ bedingen, können „gesellschaftlichen Zwänge“ zu pädagogisch wertvollen Impuls gewandelt werden und für Menschen, die gerade einen intensiven Bezug zu tatsächlichen oder gedanklichen Lebens- und Berufsveränderungen haben, konzeptuell umgesetzt werden.

- Lösungs- und Handlungsfokussierung: *jede Situation hat ihre Möglichkeiten, aber auch Einschränkungen; Nimm diese wahr und handle entsprechend.*
- Selbstverantwortung: *was rund um mich geschieht und in welcher Intensität es sich auf mein Leben auswirkt, steht in enger Verbindung zu mir selber, ich tue mein möglichstes, kann aber nicht alles erwirken, schon gar nicht bei anderen.*

- Entwicklungsbereitschaft: *ich habe verschiedene Facetten, Rollen und er/durchlebe unterschiedliche Lebensphase, alles hat sein Zeit und seinen Platz.*
- Ressourcenorientierung: *alles was du benötigst, steht schon zur Verfügung; auch das Potential neuen Ressourcen zu aktivieren.*
- Orientierung am Lebensglück: *was tut dir gut, was macht für dich zum jetzigen Zeitpunkt Sinn und ist stimmig in Bezug auf das Bild einer möglichen (!) Zukunft.*

Beschreibung des Vorhabens:

Wir verbringen zwei Wochenenden in der Natur - einmal am Berg, einmal am Flussufer! Du hast sowohl Zeit einfach nur den Moment zu genießen als auch in angeleiteten Aktivitäten Deine derzeitige Lebensphase mit wachen Augen zu betrachten und vielleicht sogar neue Impulse zu erfahren.

Wir bewegen uns durch unterschiedliche Landschaften, arbeiten mit Naturmaterialien sowie einfache darstellende Techniken und Aufstellungen. Aber gerade die „Dinge, die halt so getan werden“ (Schlafplätze gestalten, Essen am offenen Feuer kochen, draußen essen, zu den Orten gemeinsam unterwegs sein, Zeit für Dich alleine) sind das Herzstück dieser besonderen Auszeit vom Alltag.

Die teilnehmenden Menschen und die Seminarleitung achten gemeinsam und selbstverantwortlich auf körperliches Wohlbefinden und die Sicherheit der Gruppe unter den Bedingungen von Naturnähe, Achtsamkeit und Selbstversorgung.

Seminarziel:

Erleben und Handeln in der freien Natur als wertvoller Ergänzung zum Analysieren und Planen zwischen vier Wänden. Damit schaffen wir Raum um Bestehendes Wertzuschätzen, Unnützes zu verabschieden und Zukünftiges einzuladen. Das Zeitfenster vor, während, zwischen und nach zwei Wochenenden im Abstand von mehreren ermöglicht den Teilnehmenden ein vertieftes Arbeiten und den Einstieg in einen bewusst gestalteten Entwicklungsprozess.

Zielgruppe:

- Outdoorbegeisterte & Frischluft-AktivistInnen
- StudieneinsteigerInnen, DiplandInnen, DissertantInnen
- Studierende in Orientierungsphasen (Studienwechsel, – abbruch, -vor und nach Auslandsaufenthalten, Praktikas etc.)
- BerufseinsteigerInnen
- Menschen mit „Puzzle-Biographien“ und auf der Suche nach dem „roten Faden“

Leitfragen für die Natur-Zeit:

- *Welcher Spur folgst Du gerade?*
- *Wohin zieht es Dich jetzt?*
- *Welchen Zeichen und Umgebungen vertraust Du?*
- *Welche WeggefährtInnen tun Dir gut?*
- *Was wünscht Du Dir für die kommende Lebensphase?*
- *Was brauchst Du noch dafür?*

- Wo und wie fühlst Du Dich wohl und in Deiner Kraft?
- Welche Arten von Glück gibt es für Dich?
- Was hält Dich im Gleichgewicht – was verändert Dein Gleichgewicht?
- Was braucht es damit du Ausgelassen sein kannst – loslassen – loslegen kannst?

Inhalte:

- Biographisches Arbeiten
- Identität – Raum - Umfeld
- Potentialen und Lernfeldern
- Gruppendynamik
- Ressourcen- und Zielabklärungen
- Rollen – Masken – Authentizität
- Lebensbilder und mein Platz darin

Zeit- und Ortsplanung:⁵

- 6.-8. Juli 2012: Bewirtschaftete Alm im österr. Salzkammergut Gruberalm/„Mayerlehenhütte“
- 7.-9. September 2012: sanft fließender breiter Bach im Vorlauf eines Stausees (Tennengau/Salzburg)

Bewerbung:

Als Kooperationspartner (speziell für die Bewerbung – leider weniger für die Finanzierung) unterstützte mich das Career Center der Österreichischen Hochschülerschaft. Tatsächlich erfolgten Anmeldungen über deren Seminar-Ausschreibung via Newsletter.

Zusätzlich fiel mir ein, dass viele junge Erwachsene ihre Freizeit bzw. ihre Reisen (gerade im Übergang zwischen Schule und Studium bzw. Studium und Berufsleben) via Couchsurfing planen und koordinieren. Die dort vorhandenen „Interessensgruppen“ trafen inhaltlich auch auf das zu, was das Seminar „Naturbegleitet – dem Glück auf der Spur“ anbieten kann. Daher postete ich den Werbeflyer und die Kontaktdaten in einigen Gruppen u.a. „Barefooters“, „Natur“, ... Ich war begeistert und hingerissen, dass sich daraufhin noch mal einige

SeminarteilnehmerInnen anmeldeten. Weitere InteressentInnen bekam ich über meine privaten bzw. beruflichen Kontakte.



⁵ Seminar-Module mussten verschoben werden und haben sich dadurch auch inhaltlich geändert (siehe Reflexion)

Auszüge aus dem Seminar-Tagebuch „NATURich – Raum & Erleben“

• Vorbereitungen

Die Ortssuche beschäftigte mich natürlich außerordentlich intensiv und da ich aus den Vorerfahrungen gelernt hatte, beschloss ich es mir so einfach wie möglich zu machen. Da es in Österreich ja nicht überall erlaubt ist zu campen und schon gar nicht Feuer zu machen, nützte ich meine privaten Kontakte. Die Wirtsleute der Mayerlehenhütte auf der Gruberalm waren selber als Erlebnispädagogen tätig und bewarben die Hütte und umliegende Gegend als „Holler-Erlebnisalm“. Meine Anfrage nach ihrer Gastfreundschaft für ein Wochenende wurde unkompliziert bejaht und mit Tipps und persönlichen Gesprächen noch zusätzlich gestärkt!

Luc hatte sich während unseres letzten Selbstlernmoduls als Co-Trainer angeboten und ich fühlte mich in meiner Rolle als pädagogischer und inhaltlicher Leitung durch seine Hands-on Fähigkeiten, seinen mich ergänzenden Begleitungsstil sowie die Tatsache, dass wir dann ein gender-komplettes Team waren, sehr ermutigt.

Es folgten einige private Besuche der Alm (Orientierung, Routine & Fitness) und Besichtigungen der Umgebung (Ortskunde) an den Wochenenden vor dem Seminar. Der einbrechende Nebel, der mich aber einmal zur Umkehr gezwungen hatte, ließ mir aber noch einige Überraschungsgegenden für die Seminartage selber übrig ☺! Als Treffpunkt wählte ich die jahrhundertealte Dorflinde in Faistenau – ein wunderschöner, fast magischer Kulturstandort. Ein Schwellenplatz für uns Zivilisationsmenschen am Start in ein intensives Naturerlebnis mit Mehrwert für unser Leben in der Kultur der Gegenwart. Außerdem ein Ort an dem wir noch gut einkaufen gehen können.

• **Donnerstag, 5. Juli: Besichtigungen und Planungen vervollständigen, Leitungsteam „kommt an“!**

Nach der detaillierten Programmplanung Mittwoch sehr spät abends, beschert der Donnerstag nicht viel Ruhe für Vorbereitungen.

Eine der Teilnehmerinnen sagt kurzfristig per Mail ab – mein Antwortmail sollte sie ermutigen, sich nach Möglichkeit und evtl. spontaner Bereitschaft uns doch noch anzuschließen.

16.30: Nach Lucs Ankunft aus der Schweiz gehen wir in Salzburg essen. Wir haben beide das Bedürfnis nach etwas Warmem im Bauch und wollten auch kurz quatschen! Wir updaten uns was das Privat- und Berufsleben betrifft und düsen mit beiden Autos im Konvoi los.

17.30- 18.15: Anfahrt nach Hintersee – Zu diesem Zeitpunkt brüte ich vor mich hin, ob wir das Gruppenmaterial per Auto fahren / nur mit unseren Sachen raufgehen / unsere Sachen und einen Großteil des Materials hinaufgehen.

Es wird Variante 3 (Ehrgeiz, Stolz Nein zu sagen und Lucs Wunsch nach Bewegung geben den Ausschlag). Unterwegs wird es mir doch ein bissel streng – ich bin launig. So wollte ich mich nicht beim Aufstieg fühlen – wie ein schwacher Packesel. Hatte nicht Susanne davon geschwärmt, wie angenehm die Leitungsrolle ist, wenn man einiges an TN's abgeben kann. Wieso nutze ich nicht mein Auto dafür? Geht meine Seele nun zu Fuß oder robbt sie sich Richtung Wochenende. Wenn ich doch mehr in der Vornacht geschlafen hätte....

20: 30 Oben angekommen ist Wirtin Lisi in der Almküche. Wir bekommen Hollersaft....quatschen, einleben, umsehen. Sie erzählt dass am Dienstag der Blitz in die Lärche (10m vom geplanten Gruppencamp) eingeschlagen hat – das erste Mal ein Blitzschlag auf ihrer Alm in 27 Jahren! Sie zeigt uns wie klein die jungen Gämsen aussehen, die auf den letzten Schneefeldern unter den Kesselgipfeln rumlaufen.

Wir gehen Richtung Kessel und besichtigen gemeinsam den Lagerbereich für die 1. Nacht. Luc ist zufrieden und bestätigt mich, dass der Platz funktionieren kann und es genug Raum für Gruppenbereich und Einzelplätze hat – mir fallen Steine vom Herzen. Entschluss nicht am Bach unten zu feuern, sondern oben – es ist ja feucht genug.

22 - 23.30 Wir sind zurück bevor es stockdunkel ist und dürfen schlafen wo wir wollen. Bei Taschenlampenlicht besprechen wir die Programmplanung und was ich bereits über die TeilnehmerInnen in Erfahrung gebracht hatte. Zusätzlich geht's um das Thema „Verbindlichkeiten von Anmeldungen – welche Erfahrungen haben wir und andere ErlebnispädagogInnen damit.“ Luc stellt hilfreiche Fragen und ist mir ein toller Co-Leiter (2. Wahrnehmung, Profi für Hard Skills, Handler statt Sprecher, meine Rückenstärkung) angekommen. Er fokussiert uns auf:

- „Welches Ziel haben die Aktivitäten/welchen Impuls sollen sie setzen“?
- Essensplanung
- Mehr Handlung und Bewegung in den Gesamtverlauf des WoE
- Wo braucht es tatsächlich Gespräche; in welchen Konstellationen verlaufen die Übungen
- Idee, die 2. Lagernacht auf dem Feichtensteingipfel zu verbringen statt zurück in den Kessel der Gruberalm zu gehen.

Wir schlafen ohne Planen vor der Hütte – es ist ein bissel feucht – das Wetter und die Nacht wunderschön mit Mond und allem drum und dran. Wir hören Tiere (Fuchs??) schreien, auch das Kesselgeröll meldet sich grollend und flößt uns Respekt vor der Macht des Gesteins ein. Aber unser Platz ist weit genug weg. Wir haben uns bei Lisi nach sicherheitsrelevanten Dingen wie Regenmengen – Gefahr von Muren etc. erkundigt.

- **Freitag, 6.7. : Rahmen schaffen, kennen lernen, sicheres Ankommen, tätig sein**

5.30: Der Wecker geht um kurz nach Fünf – das Almleben beginnt früh. Es hellt schon – ich habe nur ganz wenig und unruhig (mit oftigem Aufwachen geschlafen). Ein bissel dösen wir noch und stehen auf. Almbetreiber Werner ist in der Nacht gekommen und treibt schon die Kühe zum Melken zusammen. Er ist fröhlich und entspannt – wir werden alle gemeinsam frühstücken!

Wir haben Zeit nun gemütlich anzukommen. Morgentoilette, das Wetter ist ein Traum in blitzblau. Luc übt Knoten – ich dödle rum, bin nervös und helfe Lisi in der Küche mit Frühstück machen.

6.50: Alle sitzen am Frühstückstisch. Als wir mit Werner alleine sind besprechen wir ob er Zeit für eine Kräuterführung hätte und ob wir oben auf der Feichtensteinalm übernachten und auch kochen könnten. Als Erlebnispädagoge und Sozialarbeiter ist er von unserem Ansinnen gar nicht überrascht und bestätigt uns darin.

7.30/8.00: Wir gehen los um den Feichtenstein sowie die Strecke dahin (die für eine Wahrnehmungsübung genutzt werden wird) in Augenschein zu nehmen. Am

Gipfel loten wir das Gelände aus. Das Gipfelkreuz steht hinter einer Drehtür, ebenso ein Teil des Waldes und dahinter geht es schnurgerade und sehr, sehr weit runter. Wir beratschlagen über einen guten Platz zum Feuern für das Essen und unseren gemütlichen Abend. Es hat auch sehr viel Buchenholz und der Untergrund ist feucht genug.

11.00: Wir gehen gemütlich zurück, bringen noch das Material zum Gruppenplatz für die 1. Nacht und gehen dann hinunter zu den Autos und brechen nach Faistenau auf.

13.08: **Treffpunkt** der Gruppe an der Dorflinde in Faistenau
Begrüßung, Vorstellung (persönliche Reflexion: Hätte strukturierter sein können!)

Kennenlernen⁶

- ⊗ Namensrunde: *Nenn uns deinen Namen (wenn geht in einem Reim) und markante Sache an dir*
- ⊗ Linienarbeit:
 - *Wie weit bist du hierher gekommen?*
 - *Wie hast du schon draußen geschlafen?*
 - *Hast Du Erfahrung mit Feuer machen und unter welchen Bedingungen?*
 -

Anleitung durch die Begleitung:

Was sind die nächsten Schritte (Einkaufen, Essensplanung, Aufstieg zur Gruberalm, Einrichten des Platzes)⁷

Es fängt nun doch zu nieseln bzw. als wir im Auto sind sogar richtig zu regnen an. Ich hoffe auf Wetterbesserung – während des Einkaufs ist es ja doch egal. Wir teilen die TNs auf die beiden Autos auf – mehr Platz für alle, keiner braucht alleine sein!

13.45: **Gemeinsamer Einkauf** beim Spar in Faistenau⁸

Ihr überlegt Euch als Gruppe was es geben soll an den 2x Frühstück, 2x Abendessen, 2x Mittagessen (das zweite Abendessen soll an einem anderen Ort stattfinden und daher leicht transportfähig sein – wir sollten mit leichterem Gepäck reisen können!), bitte teilt euch die Kosten auf; Achtung auf „Was wollen wir essen? Gibt es beim Essen Einschränkungen/besondere Bedürfnisse?“

Wir fügen den Einkäufen noch hinzu (Schwämme, Müllsäcke)

14.30: **Aufteilung der Lebensmittel** auf Rucksäcke & **Fahrt** zum Parkplatz Lämmerbach

Momentan regnet es sogar sehr stark, wir laden alles ein und fahren los!

Es herrscht Schweigen im Auto – ich betreibe ein Minimum an Small Talk um zu sehen ob dadurch ein Gespräch in Gang kommt. Nachdem dies nicht der Fall ist, lasse ich die Ruhe zu und sein. (persönliche Reflexion: das fiel mir sehr schwer!)

Am Parkplatz angekommen hat es tatsächlich aufgehört zu regnen. Es geht es nun noch darum die wenigen verbleibenden Gruppenmaterialien mitzunehmen

⁶ **ZIEL:** Fakten und Infos über die TNs erfahren

⁷ **ZIEL:** der sich formierenden Gruppe eine erste Struktur anbieten, schafft Sicherheit und ermöglicht den eigenen Handlungrahmen abschätzen und einnehmen können;

⁸ **ZIEL:** als Gruppe in die Handlung und Selbstverantwortung kommen

(Wassersäcke, Handschuhe, Klappspaten,...) es ist echt nur mehr wenig. Planen und Töpfe haben wir bereits gestern mitgenommen um die TNs zu entlasten.

Eine der TN's hat nur eine kurze Thermarest-Matte und geht auf unser Angebot eine lange Matte zu borgen ein (Resümee: Ersatz- und Zusatzmaterial wie Rucksäcke, Matten, Regenjacken/hosen, evtl. auch Schlafsäcke machen durchaus Sinn)

15.15: Einstimmungsübung an einer Waldlichtung⁹

- ✿ Such dir einen Gegenstand, der Dich verkörpert
- ✿ Nimm eine Körperhaltung ein, die Deinen Wunsch für das Wochenende symbolisiert
- ✿ Variation/Zusatzübung: Mach eine Geste, die ausdrückt, was Du in das Wochenende einbringen möchtest. Die anderen werden diese Geste nachmachen!

Danach gehen wir weiter bis zum kleinen Wasserfall

✿ Rituellle Gestaltung: Abwaschen des Alltags beim Wasserfall¹⁰

Du hast jetzt die Gelegenheit bewusst diese andere Zeit zu starten, den Alltag mit seinen Aufgaben und Herausforderungen hinter Dir zu lassen. Tu das bitte in Schweigen und komm wieder zurück wenn du bereit dazu bist!

Anbieten von Wasser bei der Rückkehr (Reflexion: diese Geste wurde von der Mehrheit der TNs dankbar angenommen, speziell das Weiterreichen der Trinkflasche)

Wir bieten der Gruppe zwei verschiedene Routenvarianten für den Gang zur Hütte an (länger und flacher vs. steiler und kürzer)

16.30: Ankommen auf der Alm.

Wir machen einen WC- und Begrüßungsstopp bei der Mayerlehenhütte. Kurze Pause dort und Plauderei. Danach geht es weiter zum Lärchenplatz. Obwohl es in den Gesprächen sehr wohl auch um Wettervorhersagen geht erzählen wir den TNs nicht vom Blitzeinschlag in der Lärche...wozu hier Unsicherheiten riskieren – rein statistisch ist der Platz ja wohl nun aus dem Schneider ☺

Wir füllen die Wassersäcke. S nimmt den Sack probeweise auf den Rücken. Zitat: „So fühlt es sich an einen nassen Frosch auf dem Rücken zu haben!“

17.30: Infrastruktur für die kommende Nacht & Tag

Bau des Gruppencamps, eigene Platzwahl „Platz des Ankommens/der Sicherheit“ Anlegen Feuerstelle – es werden Steine gesucht und wir machen 2 Feuerbereiche (1 kleines Kochfeuer mit hohen Steinen und ein Wärmefeuер mit Steinkreis)

20.00: Gemeinsam kochen & Essen „Kartoffeln mit Kräutertopfen“

21.30: Lagerfeuer

Wir sind alle doch einigermaßen erledigt und lassen die Gruppe ohne „spezielles“ Abendprogramm einfach nur ankommen und ihren eigenen Rahmen finden. Ich habe den Eindruck, dass wir sind auch alle recht zufrieden mit unserem gemeinsamen Werk sind.

⁹ **ZIEL:** Informationen und Bewusstwerdung über die persönlichen Situation und Seminarziele: Wer bin ich? Was will ich hier? Was brauche ich? Was kann ich geben?

¹⁰ **ZIEL:** Einstieg in das Outdoor-Seminar

Luc und ich besprechen und reflektieren den Tag und die uns auffallendsten Vorkommnisse und Eindrücke.

Bevor alle an ihre Plätze verschwinden erklären wir noch wie wir uns den Start in den Tag vorstellen (Aufsteh-Teams, wann ungefähr was passieren soll und was für die nächsten beiden Tage geplant ist)

- **Samstag, 7.Juli: Bewegung + Stille, Mein Weg**

7.00: Feuermachen / Frühstück kochen

Die Teilnehmerin mit der ich gemeinsam für die Morgenstruktur sorge, macht ihr erstes Feuer allein – ich freue mich sehr ihr dabei zusehen zu können und lasse sie machen. Bald brennt es!

8.30: Frühstück

Während wir in der Schlussphase des Frühstücks stecken kommt Werner mit einer Gruppe Arbeiter. Sie wollen genau am Hang in unserer Nähe „Schwenden“ – für die Bewirtschaftung der Alm muss das Buschwerk regelmäßig manuell mit Handmähern geschnitten werden. Uns ist schlagartig klar, dass es damit um Ruhe und Naturgeräuschen geschehen ist.

Die Gruppe ist spürbar irritiert bzw. verunsichert was das nun für unsere Arbeit/Atmosphäre bedeutet – wir müssen das aber hinnehmen. Den Platz zu verlassen ist für mich keine Option (zuviel Aufwand!) – Luc hätte (so erzählt er mir nachher) den Lagerplatz abgebrochen und wäre weitergezogen.

Obwohl ich normalerweise mega-allergisch auf Lärmirritationen reagiere, stört mich das Geräusch kaum und da es keine deutlichen Forderungen der TNs gibt, weg zu gehen, belasse ich es dabei und wir starten wie geplant.

11.00: BewegungsArbeit „Arbeit im Raum“¹¹

- ∅ Erklärung der „Arbeit im Raum“ Ablauf, Sinn & Ziel, Rollen und Phasen der Übung
- ∅ Solo-Phase (ca. 15-30min):
Such Dir zuerst einen Platz für Deine Lernprozesse im Jetzt – Suche den Platz an dem Du in einem Jahr sein möchtest – bezieh den Weg mit ein – achte darauf was du wahrnimmst, folge deinem Gefühl welcher Platz und welcher Weg der Passende ist
- ∅ Erklärung der begleiteten Übungsphase: Aufgabe der Begleitung, Beteiligungsmöglichkeiten in der 2. Phase (Protagonist, Begleitung, ZeugInnenschaft) – wer möchte in welchen Rollen sein
- ∅ Begleitungs-Phase mit allen Seminar-TNs (persönliche Reflexion – unbedingt in Zukunft auch Fragen ob jeder bei seinem Weg auch ZeugInnen haben möchte!)

Auf welche Phänomene habe ich in der Begleitung geachtet/intuitiv Bezug genommen:

- Körperspannung, Gesichtsausdruck
- Bewegungsmuster
- Wortwahl in den Beschreibungen
- Positionen der Zeugenschaft
- Standort, Position, Körperhaltung in Bezug auf ProtagonistIn
- Eigene Körperwahrnehmungen, Bewegungsmuster

- Besondere Ereignisse in der Umgebung (Natur- und Raumqualitäten z.B. Wetter, Tiere, Menschen,...)

Folgende Fragen werden in der Begleitung angewendet:

- *Beschreib Deinen Platz? Was nimmst Du wahr? Was kannst Du von hier aus sehen?*
- *Wie heißt dieser Ort?*
- *Was hat Dich darin bestätigt, dass dies von den beiden möglichen Wegen der für Dich passende ist?*
- *Such Dir einen anderen Ort von dem aus du auf den gewählten Platz sehen kannst? Was fällt Dir von hier aus gesehen auf?*
- *Kannst Du Deinen Ausgangsort von hier aus sehen?*
- *Geh bis dorthin ab wo Du diesen bestimmten Einfluss spürst?*
- *Nimm den Platz wirklich ein und lass ihn auf Dich wirken!*
- *Möchte noch jemand aus der Zeugenschaft eine Frage stellen oder Beobachtung mitteilen?*

13.00: Mittag-Jause kalt+ Pausenzeit

Ich nehme mir nach den Begleitungen eine persönliche Auszeit um zur Mayerlehenhütte zu gehen. Ich will in Ruhe und Entspannung aufs Klo gehen und außerdem ein wenig Abstand zur Seminargruppe bekommen. Vielleicht tut auch meine Abwesenheit gut um sich evtl. austauschen zu können. Luc bleibt am Platz – ich weiß er bringt die nötige Ruhe und Bodenständigkeit für die Entspannungs- und Wirkphase nach der intensiven Arbeitsphase hinein.

Die Gruppe entschließt sich nicht zu kochen, sondern zu jausnen – wir haben ja ausführlich und lange gefrühstückt. Mittlerweile haben auch die Schwender eine Pause eingelegt – sie sind weg, Arbeitsgeräte noch da.

Wir nützen die Mittagsruhe auch aus – offensichtlich ist zwar kein Riesenunger, aber doch ein deutliches Ruhebedürfnis in der Gruppe vorhanden. Wir vereinbaren Mittagsruhe – B und ich dösen im Gruppencamp, S und I unterhalten sich am Feuer, L und J sind verschwunden. Um kurz vor drei fangen die ArbeiterInnen wieder an zu schwenden. Wir bereiten den Aufbruch vor und beratschlagen gemeinsam, was es für die Zeit auf der Feichtensteinalm für Abendessen, Nacht und Frühstück alles braucht.

15.00 Wanderung zum Feichtenstein

15.30 Wahrnehmungsübung¹²

Anleitung: Hintereinander gehen, verschiedenen Geschwindigkeiten, was nehmen wir wahr

17.30: Ankunft am Gipfel – Genießen und Pause am Gipfelkreuz

18:00 Suche nach dem Gruppenplatz

Sucht gemeinsam einen Platz für unsere Gruppe (kochen, essen, sitzen, feuern, Plane) aus, Thema ist dieses Mal der „Platz der Geschichten“

Euer persönlicher Schlafplatz hat passende dazu euren speziellen „Platz der Lebensgeschichte“

Campbau, Holzsuche, Feuern, daneben gehen die Leute auch ihren kreativen Bedürfnissen nach z.B. malt eine der Teilnehmerinnen das Bergpanorama. Während des Feuermachens kommt es wieder zu einem Konflikt zwischen zwei der TeilnehmerInnen. Da diese Spannungen bereits seit Beginn des Seminars spürbar

¹² ZIEL: Sensibilisierung der körperlichen und inneren Wahrnehmungen

war und doch deutliche Auswirkungen auf die Befindlichkeit der Einzelpersonen und der Gruppe hat, ergeben sich auch ein bissel danach Gesprächsmöglichkeiten mit den beiden.

Im Gespräch mit den TN's geht es u.a. um:

- Schilderung der persönlichen Eindrücke
- Feedback
- Reflexion des Konflikts bzw. des eigenen Konfliktverhaltens
 - Vorerfahrungen
 - Reaktionen in verschiedenen Kontexten
 - Suche nach zusätzlichen Fragen in Konfliktsituationen: Worum geht es hier wirklich? Was kann ich für mich daraus lernen und mitnehmen?

19.00 Uhr: Vorbereitung des **Abendessens**

20.00 Uhr: Abendessen „Reis mit Gemüse, Tomatensauce und Käse“

21.00 Sharing Circle am Feuer

Wir haben ein langes Gespräch zu unseren Erfahrungen mit Bewegungsart/-tempo & unserer Wahrnehmung¹³ in der Gruppe. Die Gesprächsbeiträge sind in der Länge und im Beteiligungsgrad relativ ausgewogen.

Fragen:

- Welche Eindrücke hattet ihr während dieses bewussten Gehens
- Mit welcher Geschwindigkeit bewegen wir uns durchs Leben?
- Was an meiner Wahrnehmung ändert sich bei veränderter Geschwindigkeit?
- Mit welchem Körperteil gehe ich vor?

Eine der TN fragt aktiv nach den **mitzubringenden Fotos**¹⁴

Nicht alle TNs haben tatsächlich Fotos mit- Nach dem Sharing über die Wahrnehmungsübung frage ich ob noch Lust und Energie (S macht auch auf die Lichtverhältnisse aufmerksam) da ist, sie zu zeigen.

Auf den Vorschlag hin, ob es das Vorstellen der Fotos braucht entscheiden wir uns dafür, das sein zu lassen – O-Ton einer TN: „Auch das Aussuchen war ein wertvoller Prozess.“

Nun bekommen die SeminarteilnehmerInnen alle ein **Teelicht**¹⁵ **angeboten**, um trotz unterschiedlicher Schlafenszeiten sicherzustellen, dass alle hier eine gute, persönliche Gestaltung draus machen können.

Es wird ein wundervoller Abend an dem reihum Märchen und Geschichten erzählt werden, zwischendurch kommt es immer wieder zu philosophischen und persönlichen Schilderungen z.B. „Was du sehen willst, das siehst du auch.“ und „Warum brauchen Menschen Märchen“

1:00 letzte Personen gehen an die Schlafplätze – Luc und ich besprechen noch den Tag und die Ereignisse im Schlafsack

¹³ **ZIEL:** Verbalisierung und Reflexion der Übung – Metaphorischer Transfer zu Lebenserfahrung „Wahrnehmungs- und Verhaltensmuster in Bezug auf Geschwindigkeit & Langsamkeit

¹⁴ **ZIEL:** besseres Kennenlernen, Impuls zu wichtigen Lebensstationen/soziales Umfeld

¹⁵ **ZIEL:** Atmosphäre, Fokusobjekt zum Platzthema Lebensgeschichte – Lebenslicht

- **Sonntag, 8.Juli: Was nehme ich jetzt wahr – was nehme ich mit**

4.30 Morgendämmerung

Der Sonnenaufgang kündigt sich glühend rot an während der Mond noch Richtung Westen über den Regenspitz gezogen ist – ich schaue dem Spektakel ein Weilchen aus dem Schlafsack zu und überwinde mich dann doch einen Blick vom Gipfelkreuz aus zu riskieren. Unterwegs sehen ich die Schlafstellen von Jerome und Stine in ihren Planen-Würsten. Der Blick ist wunderschön – lange hält es mich aber nicht – ich gehe nach kurzem zurück und schlafe noch ein Weilchen – Schlaf ist mir jetzt gerade viel wert!

Der Boden rund um und der Schlafsack selber sind knochentrocken, kein Fünkchen Tau oder Feuchtigkeit trübt das Schlafvergnügen – na dann...

Um **7.00** Uhr ist Luc ist schon wach und am Feuer machen – die TN's dürften noch schlafen oder ihren eigenen Rhythmen nachgehen. Es ist niemand zu sehen... und ich döse vor mich hin bis sich die TN's blicken lassen...heute gehöre ich auch offiziell nicht zum Morgenteam ☺!

8.30: Frühstück „gebratener Reis“ und allerlei am Gabentisch

9.30 Aufräumen (Essen, Feuerplätze, Gruppenmaterial, Persönliches)

Frühstück machen und die Genussphase davor und danach verlaufen sehr entspannt, ALLES lädt dazu ein die Zeit einfach kommen zu lassen und trotzdem sind wir gleichzeitig „on time“ und alles Nötige wird getan. Es ist sonnig, warm, aber ziemlich windig (mega-warmer Südwind) geworden und unsere Planenkonstruktion kippt, mein Kopf wird um ein Haar von einem Pfahl (stand so ohne Grund da!) an dessen Fuß ich mich gelegt hatte verfehlt während ich meinen Schlafsack zusammenräume. Wir entscheiden uns nicht mehr zu reparieren sondern die Gruppenplane einfach gleich wegzupacken. Das Wetter ist so toll, dass wir sie wohl nicht mehr nötig haben werden.

10.0 Morgenrunde am Ascheplatz¹⁶

Der OkarinoFrosch ist unser als Redesymbol und er ruft auch zum Start der Runde; überhaupt hat er an diesem Tag sehr viele Einsätze – auch beim späteren Mythenspiel. Ich habe beim Aufräumen drauf geachtet, dass die Asche noch nicht weggeräumt wird um diesen speziellen Platz und die Atmosphäre des „Ascheplatzes“ für diese Gesprächsrunde zu erhalten und zu nützen. Ich fokussiere die Gruppe noch auf die Bedingungen unter denen eine solche Vertrauensrunde beruht:

- *Was hier gesprochen wird, bleibt hier*
- *Man kann sprechen, muss aber nicht. Auch die Stille hat ihren Platz*
- *Wenn das Redesymbol weitergegeben wurde, hast du fertig gesprochen.*
- *Nur die Person, die den Frosch hält, ist am Wort.*

Wir fragen die Menschen in der Runde nach „euren Gedanken in Bezug auf die Platzwahlen „Sicherheit/Lebensgeschichte“, ihre nächtlichen Erlebnisse z.B. Naturerfahrungen, Gedanken, Träume;

10.45: Überleitung zum Programm für den restlichen Tag

Da nur eine angeleitete Übung zeitlich und auch vom Energie-Pegel Sinn macht, soll die Entscheidung darüber von der Gruppe gemeinsam getroffen werden.¹⁷ Wir erklären was die Ziele und Möglichkeiten der beiden Methoden sind und wie sie ungefähr ablaufen, das Thema soll bei beiden entsprechend den Seminar-Inhalten „dem Glück auf der Spur, naturbegleitet sein, Orientierung“:

¹⁶ **ZIEL:** Information für die Leitung und Reflexion für die TNs „Wo stehe ich gerade in meinem Seminar-Prozess“

¹⁷ **ZIEL:** Selbstbestimmung als Gruppe wie der Prozess weitergehen soll



Einzelarbeit - Kreativarbeit: Ressourcenkosmos¹⁸



Gruppenarbeit - Szenische Gestaltung: Mythenspiel¹⁹

Die Entscheidung soll spontan-intuitiv sein:

„Schließ bitte Deine Augen. Wenn du die Kreativarbeit über Deine Ressourcen machen möchtest, nimm einen Gegenstand der in Deiner Umgebung liegt in die Hand. Wenn du die Szenische Arbeit zu unseren Seminarimpulsen machen möchtest, dann nimm eine dafür stehende Geste ein. Sobald alle bereit sind öffnen wir auf mein Zeichen die Augen und sehen dann wofür wir uns mehrheitlich entschieden haben.“ Das Votum lag einstimmig bei...

11.00 Uhr: Szenische Arbeit: Mythenspiel

⊗ Auswahl der Geschichte

Findet noch am Ascheplatz statt, da Feuerstellen und die übriggebliebene Asche die Erinnerungen an den Vorabend und damit die Platzqualität „Platz der Geschichten“ in sich tragen. Gleichzeitig spielt die Asche eine wichtige Rolle als natürliches Düngemittel, Markierung, Körperbemalung und religiöse Zeremonien. Die Asche und der gleiche Platz wie am Vorabend, an dem wir viel persönliches und auch reichhaltige Geschichten ausgetauscht haben, soll die TN's in der Auswahl des passenden Mythenspiels unterstützen.

Folgende Geschichtenqualitäten wurden von den TN's genannt:

- *Figuren sind am Weg*
- *Es ist lustig*
- *Es hat etwas mit Glück zu tun*

Folgende Geschichten tauchen auf:

- *Der Wolf und die 3 Schweinchen*
- *Goldmarie und Pechmarie*
- *Bremer Stadtmusikanten*
- *Hase & Igel*
- *Irgendetwas mit Zaubern – der Blocksberg (Die kleine Hexe, Bibi Blocksberg)*
- *Das Märchen vom Griesbrei*
- *Rumpelstilzchen*
- *Glasberg-Märchen*

Das Sammeln von möglichen Märchen kam bei den TN's in unterschiedlicher Intensität. Als es ans Entscheiden ging war es auch nicht einfach. Reihum bat ich dann um Stimmabgaben – auch zwei waren möglich. Ich fragte nach ob es Märchen gibt bei denen es besondere Widerstände gäbe um weitere Hinweise auf das passende Märchen zu finden. Die Wahl fällt schlussendlich auf „Die Bremer Stadtmusikanten“

Ursprünglich sollte das Erzählen noch am Ascheplatz stattfinden. Die Kühe werden jedoch zunehmend neugierig und zudringlich. Zuerst versuchen wir uns noch Respekt zu verschaffen und „markieren unser Territorium“ und müssen dann dennoch das Feld vor den Kühen räumen und ziehen uns hinter das schützende Drehkreuz am Feichtensteingipfel zurück.

Feuerstelle mit den Grasziegeln zudecken – wir ziehen uns hinter das Drehkreuz zurück

¹⁸ Ziel: was braucht es noch für den kommenden Schritt zu deinem Ziel

¹⁹ Ziel: intuitiv-kreatives Hineinspüren ins Märchen und eigene Impulse dazu - Zugang zum inneren Wissen, Spaß am Spiel;

◊ Gemeinsames Erzählen der Geschichte rundherum & Auswahl der Rollen

Wir sitzen nun in unmittelbarer Nähe des Gipfelkreuzes, die Nadelbäume, die den Bereich vor der Klippe säumen, geben uns Windschutz und einen schönen räumlichen Rahmen. Wir haben es uns im Kreis bequem gemacht. Danach wählen wir folgende Rollen und Funktionen: Hahn – Hund – Der Weg – Die Räuber – Zeugenschaft – Begleitung

◊ Verkleidung und Platzgestaltung

Die TeilnehmerInnen entwickeln eine immense Freude und Kreativität am Ausstaffieren und Vorbereiten – Spannung liegt in der Luft. Die Wetterbedingungen sind geradezu – meiner Meinung nach – genial für ein Mythenspiel, denn das Wetter kann und will sich gerade nicht entscheiden und schrammt die ganze Zeit an der Grenze zum Wetterumbruch mit Wind und Regen entlang, aber hält.

Die diversen Tiere – es ist ja eine Pferde- und Rinderalm - auf der Bergkuppe nehmen regen Anteil. Wanderer sind kaum unterwegs.

- ◊ Eintritt – Vorstellung – Einnahme des Platzes**
- ◊ Okarino-Ton – MYTHENSPIEL – Okarino-Ton**
- ◊ Gespräch am Zaun inkl. wichtigster Satz der Figuren**
- ◊ Entrollen**

Um das gerade erlebte wirken zu lassen, entlassen wir die TeilnehmerInnen danach für eine ausreichend erholsame Pause.

14:00 – 14.30: Entspannungsphase am Feichtenstein-Gipfelkreuz und Platzabschied

Anleitung: *In der kreativ-rituellen Naturarbeit ist es uns wichtig bewusst einen Dank an Plätze und Naturqualitäten zu richten. JedeR hat nun die eigene Zeit um das zu tun. Wenn wir fertig sind treffen wir uns für den gemeinsamen Abstieg zur Gruberalm.*

14.30-15.15: Abstieg zur Gruberalm

Am Weg nach unten ist die Stimmung sehr zufrieden und entspannt.

Wir finden unseren Gruppenplatz von den Kühen (junge Kälber) verwüstet vor. Mir bleibt das Herz im Hals stecken – hoffentlich hat keine was gefressen, woran sie erkrankt oder womöglich schlimmeres! Ich würde gerne aus vollem Halse darüber lachen können, aber bis alles abgezählt und gefunden wird, kann ich mich nicht wirklich entspannen. Gemeinsam halten wir Ausschau nach Seilen, Handschuhen, Plastiksäcken, Küchenutensilien etc. und sehen nach ob etwas fehlt. Aber bis auf Lebensmitteln (sogar ohne Verpackungen! Die kühe sind schlauer als gedacht) ist alles vollzählig!!

15.15-16.00: Reinigung der Gruppenmaterialien

Anleitung: *Bitte gemeinsam die Kochutensilien zu schrappen und das Gruppenmaterial für den Abstieg zusammenlegen und aufteilen. Gruppenplanen ja – Einzelplanen werden noch selber getragen.*

16.00 Uhr Rückkehr – Ausstieg aus dem Wochenende

Anleitung: *Nehmt bewusst auch von diesem Platz in Dankbarkeit dafür was uns die Natur hier ermöglicht hat, Abschied!*

Ich gehen vor zur Mayerlehenhütte um uns zu verabschieden – aber auch um den Zwischenfall mit den Kühen zu besprechen. Glücklicherweise reagieren Werner und Lisi extrem entspannt – geradezu wohlwollend und verweisen darauf, dass sei eine wertvolle Erfahrung für uns. Werner hebt auch hervor welcher Erfahrungsschatz

das abwechslungsreiche Wetter für uns gewesen sein muss – ich kann ihm nur beipflichten und freue mich einen älteren „Berufskollegen“ was die EP betrifft hier als Gastgeber und eigentlich auch so was wie Mentor gefunden zu haben!!

Beim Abstieg holt sich eine Teilnehmerin noch Rückmeldung zum Mythenspiel (O-Ton: „*Und, warst du zufrieden mit dem Mythenspiel?*“) Wir sprechen über die unsere Eindrücke vom Mythenspiel. Ich erzähle auch von meinem spezifischen Blick in der Gruppenbegleitung, eher Generell als in Bezug auf unsere individuelle Situation.

✿ **Stopp beim kleinen Wasserfall**

Auf Wunsch der Gruppe machen wir hier halt - ich bin ein bissel überrascht davon und daher unvorbereitet. Alle gehen nach hinten – nicht schweigend, meiner Wahrnehmung nach eher getragen von dem Gefühl als Gruppe – leider mit einer sehr spürbaren Ausnahme - etwas erlebt zu haben.

Das Element der rituellen Gestaltung wird nun von den SeminarteilnehmerInnen eigenständig in unser Programm integriert und sie gestalten damit einen sehr stimmigen Spannungsbogen! Ich gehe ebenfalls nach hinten zum Wasserfall. Das Wasser das mir zurück über das Gesicht läuft ist sehr salzig – so schmeckt des Wasser von Hingabe, Anstrengung und Arbeit in Freude – wohl auch Berufung. Ich bin gerührt und dankbar!

Ich kündige an, vorauszugehen ²⁰ und bitte die Gruppe schweigend den Rest des Weges zu gehen „*Lasst das Wochenende und die Geschehnisse Revue passieren – evtl. ohne viel Gespräche!*“

✿ **Stopp beim „Barfuß-Bachrunde“**

Am ausgewählten Ort in Hörweiter der kleinen Wasserfälle angekommen, gehen die TN's ohne das etwas gesagt werden muss zum Wasser und ziehen die Schuhe aus um ihre Füße zu kühlen. Luc und ich warten auf sie im Gras. Heute parkt – anders als an den Vorbereitungstagen - nur ein (sogar grünes!) Auto dort. Wir haben den Platz quasi für uns – welch ein Glück an einem so sonnigen Sonntag!!

✿ **Abschluss-Impuls „Ein-Wort-Runde“²¹**

Was ist Dein nächster Schritt – ein Wort was Du tun wirst um in den Flow – Fluss des Lebens zu kommen? Überleitung zum Herbstmodul „Im Flow unterwegs!“; für uns ist das auch ein gutes Bild hier in der Nähe zum Bach und den Wasserfällen

✿ **Rituelle Gestaltung: Händedruck-Kreis**

Linker Arm über den Rechten drüber und gebt Euch die Hände. Mit der Hand, die vom Herzen kommt gebe ich einen Händedruck in die Runde und wenn er bei Dir ankommt, gibst Du ihn weiter... „Ich wünsche Euch alles Gute“

17.30 Uhr: Feedback der TN's nach der Abschlussübung:

- *Führungsstil aus der Mitte heraus*
- *hat mich berührt und war genau das was ich gebraucht habe*
- *ihr wart ein sehr gutes Team und habt euch ergänzt*
- *ich empfinde Respekt für das Training das Euch gelernt hat, auf diese Art zu arbeiten und mit Menschen zu sein*

Die TeilnehmerInnen sind offensichtlich emotional berührt von dem Wochenende zu zeigen das auch mit ihren herzlichen und offenen Reaktionen, die uns auch zeigen, dass hier eine Vertrauensbasis möglich geworden ist. Wir bekommen beide eine selbstgemachte Zeichnung vom Gipfel-Abend geschenkt.

²⁰ **ZIEL:** Platzwahl für den (von uns geplanten) Abschluss-Impuls

²¹ **ZIEL:** ein letztes Mal gesehen und gehört werden

Wir erinnern die TeilnehmerInnen noch daran die Einkaufskosten aufzuteilen. Die meisten TeilnehmerInnen sind über das nicht-kommerzielle Netzwerk Couchsurfing auf das Seminarangebot gestoßen, daher verlange ich auch keine regulären Seminargebühren. Ein Teilnehmer bietet eine seiner Fotografien auf A2 gerahmt an – ich freue mich sehr über die Zahlung in Form eines persönlichen Werks.

Da es sich anbietet und die Öffis auch nicht wirklich regelmäßig fahren (da hätten wir den Zeitplan strikter einhalten müssen) nehmen wir die TeilnehmerInnen in unseren Autos mit nach Salzburg und setzen sie dort gemeinsam ab. Wir bleiben noch kurz gemeinsam stehen und verabschieden uns herzlich voneinander.

Vereinbarung & Zusagen an die TNs:

- ◊ Zusendung der TN-Liste mit den Erreichbarkeiten
- ◊ Link für ein paar Fotos aus dem Seminar
- ◊ Aufnahme in NaturReflex-Verteiler für zukünftige Veranstaltungen

Luc und ich düsen zu mir nach Hause für die

18.00 – 19.30 NACHBESPRECHUNG:

Runterladen und Sammlung aller Fotos
Gegenseitiges Feedback zum Seminar

Rückmeldungen an Luc (Co Moderation) von Christina (in der Leitung):

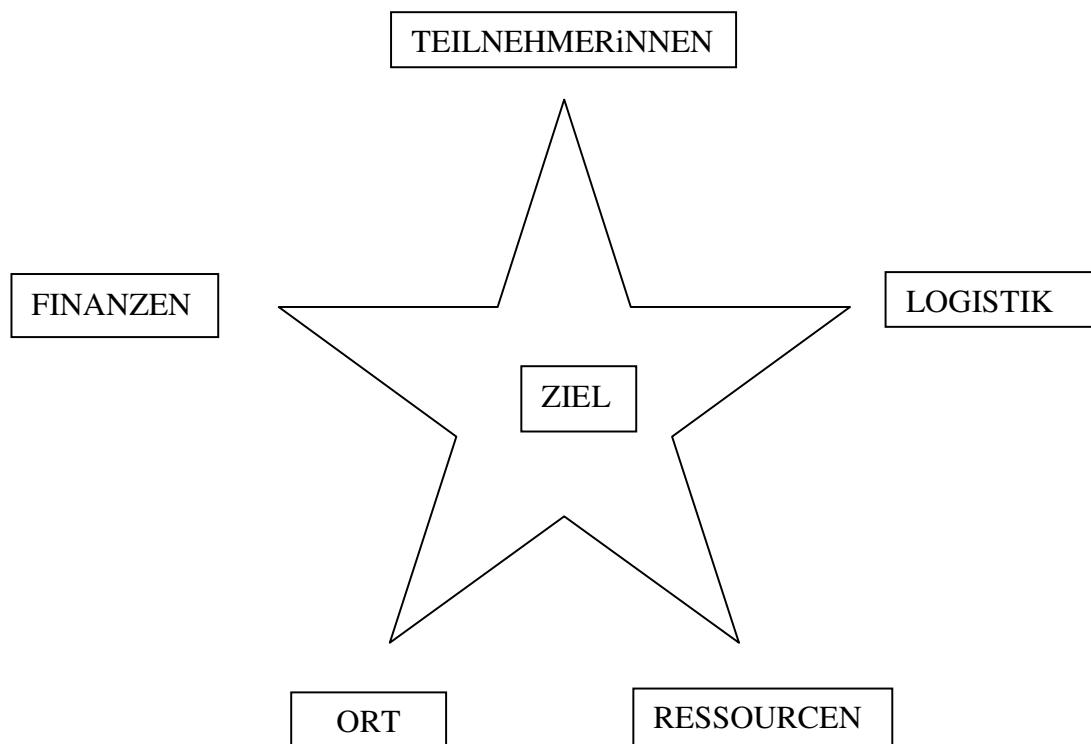
- Begleitung ohne zu Beeinflussen – ohne viele Worte – war sehr wertvoll für die TeilnehmerInnen
- Vielen Dank für Deine Verständnisfragen und wertvolle Feedbacks in der Planung und Vorbereitung
- Sehr erdige Atmosphäre tut wohl

Rückmeldungen an Christina (in der Leitung) von Luc (Co Moderation):

- Zuviel Blabla zwischendurch
- War viel Flow drinnen
- Reden ist sehr gut um Informationen von den TeilnehmerInnen zu bekommen

„Im Flow unterwegs“
Auszug aus der Vorbereitung & Foto-Dokumentation

VORBEREITUNGEN²²



ZIEL:

Inhaltlich/pädagogisch:

für TN's die an beiden Modulen teilgenommen haben (2 Personen) geht es u.a. um bewusste Wahrnehmung und Reflexion von a.) Erfahrungen mit Vielfalt an Qualitäten im Außen (z.B. durch Landschaft & Gruppe) und im Innen und b.) Bedürfnisse und Muster im Erleben zu erspüren. Durch das Seminarthema gerahmt, wird auch immer wieder der Bezug zum „Glück“ hergestellt und lebendig gehalten.

Das Flow-Modul im speziellen hat das Ziel, den eigenen Lebensverlauf in Augenschein zu nehmen und durch das fließende Gewässer und unser Erkunden der verschiedensten Mikrolandschaften innerhalb dieser sehr überblickbaren Umgebung Lust auf und Vertrauen für die nächsten Lebensschritte zu machen.

Organisatorisch:

Das Seminarwochenende alleine und mit einem ausreichenden Gefühl der Sicherheit & Souveränität zu einem wohltuenden Erlebnis für die Gruppe (inkl. mich in der Leitung) zu führen.

²²

Methode „Planungs-Pentagramm“

TeilnehmerInnen:

Für die TeilnehmerInnen war mir in der Planung besonders wichtig, dass ich Ihnen als souveräne Leitung zur Seite sein kann und atmosphärisch für das Thema „Glück“ in Bezug auf „im Flow unterwegs“ eine gute Balance zwischen Bewegung (achtsam, aber auch mal „selbstvergessen“) und Stille/Ruhephasen anstubsen kann.

Als einzige Begleiterin ohne Co-TrainerIn, habe ich keine zusätzliche Bewerbung bei potentiellen TeilnehmerInnen investiert, da ich mit einer kleinen, überblickbaren Gruppe arbeiten wollte. Wichtig war mir die persönlich formulierte Einladung an jene Personen, die schon mal konkret das Interesse an einer Teilnahme geäußert hatten. Erfreulicherweise haben einige der TN's aus dem Modul 1 gesagt, dass sie gerne auch im Herbst dabei sein wollen.

In der Woche vor dem Seminar waren insgesamt 6 Personen angemeldet (3 Frauen, 3 Männer); jedoch decken sich die Erfahrungen, dass Seminarzusagen leider immer wieder als nicht sehr verbindlich wahrgenommen werden. Kurzfristig abgesagt bzw. zeitliche „Extrawürste“ wurden von 3 Personen angekündigt.

Die TeilnehmerInnen erhielten eine persönliche Einladung und eine Packliste per E-Mail. Mir waren alle TNs persönlich aus unterschiedlichen Zusammenhängen bekannt – und ich kannte sie als outdoor- und naturerfahren. Aus dieser „Logik“ heraus agierend, unterlief mir das Versäumnis mich bei dem TN, der mir unbekannt war, nicht nach seiner Outdoorerfahrung und auch Ausrüstung zu erkundigen – er stellte auch keine diesbezüglichen Fragen.

Erst am Abend des 1. Tages bzw. am Morgen des 2. Tages wurde sichtbar wie neu die Erfahrungen, Heraus- und Anforderungen waren.

Ressourcen:

Ursprünglich wollte ich auch das 2. Modul in Zusammenarbeit mit jemanden machen – idealerweise mit jemandem der mehr Erfahrung hat bei Outdoor-Kochen z.B. Ofenbau oder auch für eine Schwitzhütte.

Da Luc schon wie angekündigt für das 2. Modul keine Zeit hatte und auch Susanne kurzfristig leider nicht mitkommen konnte, besprachen Max und ich immer wieder die Möglichkeit ob er als „Helfer“ mitkommen könnte. Von dieser Variante war ich allerdings zu keinem Zeitpunkt wirklich 100% überzeugt – eine Vermischung von beruflichem Setting mit Menschen aus meinem Familienumfeld erscheinen mir nach wie vor als sehr große Herausforderung (auch wenn der FAB-Halbtag mit meiner Mutter in ihrer Rolle als begleitende Trainerin der Arbeitsmaßnahme sehr gut funktioniert hat).

Die Unterstützung meines Partners im Vorfeld war jedoch SEHR förderlich, es war auch sein Zutun am Sonntag (also 6 Tage vor Seminarstart) die Motivation und das Selbstvertrauen zu stärken, das Seminar trotz der subjektiven Down-Phase in Angriff zu nehmen.

Eine der Teilnehmerinnen hat sich eigenständig mit mir in Verbindung gesetzt um eine künftige Zusammenarbeit zu erörtern (sie ist Landschaftsplanerin und macht derzeit eine Geomantie-Ausbildung) – sie bringt Vorschläge für die Ortswahl ein.

Das Seminar wurde schlussendlich sehr kurzfristig vorbereitet. Es waren aber auch schon viele Elemente im Lauf der vergangenen Wochen notiert und durchgegangen worden. Meine gewonnenen Erfahrungen aus dem Lehrgang und den schon absolvierten Praxiserfahrungen (GEP, FAB, Naturbegleitet 1, Werkstätte) liefern mir ein ausreichendes Methodenrepertoire, aus dem ich auch kurzfristig und ohne intensive Vorbereitungen schöpfen kann. Ich habe aber gelernt und wende diese Mal an, dass übertriebener Anspruch an die Programmintensität nicht unbedingt nötig (es entwickelt sich vieles aus dem Prozess heraus) und auch für mich (in der offenen und begleitenden, statt leitenden Haltung) ohnehin förderlich ist. Ich

konzentriere mich auf die Elemente, die ich eigenständig und ohne Co-Moderation begleiten kann.

Den **Seminarort** habe ich mir schon sehr lange als einen friedlichen, fließenden, zum Genießen einladenden Ort vorgestellt. Materiell gesehen sollte er folgende Qualitäten aufweisen:

- Fluss/Bach, der durch- und entlangwatbar ist
- Keine Gefahr von plötzlichem Hochwasser (durch Kraftwerke oder Witterung)
- Uferzonen mit genügend Platz und sammelbarem Holz
- Erlaubtes bzw. toleriertes Gebiet für Übernachtung und Kochen am offenen Feuer
- Kurze Wegstrecke zu Autoabstellplatz bzw. Haltestelle von Öffis
- Wenig bzw. gemäßigte Personenfrequenz

Auf Empfehlung eines Freundes aus dem Canyoning/Rafting-Gewerbe nahm ich den oberen Almbach (zwischen Strubklamm und Wiestal-Stausee) in Augenschein:

Neben den oben genannten Mindestanforderungen fielen mir beim Vorbereitungsausflug und während des Wochenendes folgende Eigenschaften auf:

- Bach hat Ein- und Ausstiege an unterschiedlichen Stellen → wichtige für die bewusste Prozessgestaltung des WANN/WAS/WO, aber auch um für körperlich eingeschränkte TeilnehmerInnen spontane Variationen zu ermöglichen
- Die umliegende Landschaft (Bauernwiesen, Wälder, Hügel, Schluchtanfang) ermöglicht bei höherer Publikumsfrequenz (die ich nur ungefähr einschätzen konnte) Ausweichräume (auch für die Übernachtungen)
- Es kann ein Zirkel gegangen werden
- Der Almbach und die umliegenden Wandergebiete eignen sich auch hervorragend für ausgebauten zukünftigen Seminare (z.B. inkl. Canyoning in der Strubklamm mit einem zertifizierten Guide oder ein eigenständiges längeres Trekking Richtung Hintersee über den Metzgersteig und das Felsenbad; im ausgedehntesten Fall lassen sich - sowohl mit als auch ohne Auto - die Seminarorte des 1. und 2. Naturbegleitet-Moduls verknüpfen!)
- Evtl. Zeckengefahr - laut FSME-Karte liegt das Gebiet auch in einer Infektionsrisiko-Zone;
- Die Straße liegt jederzeit in Hörweite und ist auch als Bundesstr. relativ stark befahren → Vorteil: Sicherheit; Nachteil: keine „idyllische“ Abgeschiedenheit
- Welche Wildtiere gibt es hier? Beobachtungen von Fledermäusen, Käuzchen, Fische (Sichtungen), kleinere Bodentiere (Fraßspuren am zurückgelassenen Proviant) – Mäuse, Füchse, Wasserratten,...

Logistisch habe ich auf folgendes geachtet:

- Mehr Reepschnüre und Seile; ansonsten ist alles an Material bereits vorhanden
- Einkaufsmöglichkeit in der Umgebung (nächste größere Ortschaft mit Anbindung an Öffis)
- Uhrzeiten für Start und Ende bzw. Öffi-Abfahrtszeiten (in Rücksicht auf mögliche Arbeitszeiten)
- Der Caddy ist fahr- und ladetauglich, es können auch noch TeilnehmerInnen im Rahmen einer Fahrtgemeinschaft mitkommen
- Können Autos abgestellt werden – Anzahl der Autos innerhalb der TN-Gruppe evtl. Fahrtgemeinschaften im Mail anklingen lassen

Finanziell war ich dieses Mal klarer in der Regelung als beim 1. Modul. JedeR TeilnehmerIn zahlt einen fixen (wenn auch kleinen) Betrag an mich – davon

bezahlte ich einen Freundschaftspreis an die Grafikerin, die mir ein CI-Konzept, einen Flyer und ein Grundgerüst für eine zukünftige Homepage erarbeitet hatte.

Am Ende dieses Sommers habe ich nun alle Anschaffungen getätigt um mit Gruppen bis zu ca. 15 Personen unterwegs sein zu können; ebenso wurde die Investition in ein umweltfreundliches Erdgas-Fahrzeug mit ausreichend Stauraum getätigt.

Im April 2013 wurde mir mein Bedürfnis nach einem eigenen Arbeitsraum – für den Diplomabschluss sowie weitere Projektentwicklungen und KundenInnen-Akquise deutlich und eine leerstehende Wohnung in meinem Großeltern-Haus²³ hat dies unkompliziert und vor allem kostenlos ermöglicht.

Ein Zimmer (mit Blick auf die Ex-Werkstatt/jetzt Materiallager) wurde rasch zum Arbeitsraum mit PC, Bücherregal, Couch; in der Küche können Besprechungen und Pausen genossen werden; Einbauschränke dienen der Lagerung von Schlafsäcken, etc. Im Garten mit Wasseranschluss kann Material gesäubert und getrocknet werden. Sobald es nennenswerte Einnahmen gibt wird die Beteiligung an den Betriebskosten neu im Familienrahmen verhandelt.

23

Persönliche Anmerkung: jawohl, in DIESEM Haus... mein Glücksort aus der Kleinkindzeit ist nun zum Schaffensort der erwachsenen Frau geworden!

FOTO-DOKUMENTATION

Freitag, 7.9. . Rahmen schaffen, kennen lernen, sicheres Ankommen, Naturerfahrung

Auf Anregung einer Teilnehmerin beschränkte sich die Gruppe beim Einkauf auf das Notwendigste



Ankunft am Platz. Zum Einstieg durchqueren wir das erste Mal den Fluss



Vorbereitungen für Wärme & Essen – wir sammeln Holz. Davon gibt's am Fluss genug...



Geschafft! Bei Einbruch der Dunkelheit ist das Essen fertig



Samstag, 8.9.
„Gegen den Strom“?

Die Teilnehmerinnen nehmen das Feuern gleich sehr selbstständig in die Hand



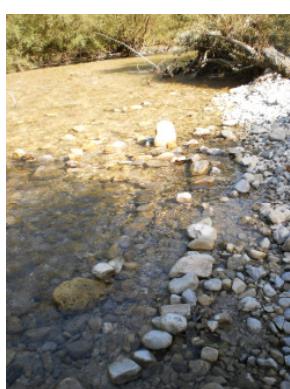
Morgenrunde – ein Teilnehmer möchte vorzeitig nach Hause



Zahnputzen in der Natur – wir testen das mit der Asche vom Lagerfeuer



Biographiearbeit mit den „Lebenslinien“ - die Flusslandschaft ist wundervoll materialreich. Gemeinsam besichtigen wir die Linienarbeiten auch – wer möchte wird dabei begleitet.



Gegen Abends basteln wir kleine Natur-Zukunfts-Schifflein und lassen sie in einer rituellen Gestaltung „frei“



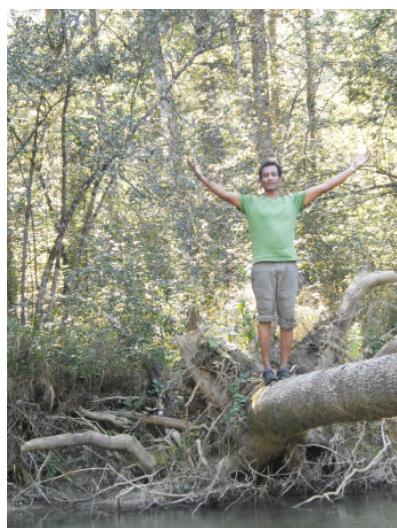
Sonntag, 9.9.

Im Fluss mit mir und dem Leben – Tag der Muße & Genießen

Wir starten schon morgens mit dem Schlemmen, bereiten den Teig vor und nützen den ganzen Tag uns gegenseitig Outdoor-Kochrezepte zu zeigen



Am Weg zurück in den Alltag kommt es noch zu einer kleinen szenischen Arbeit zum Thema „Was nehme ich mir mit“



5. Selbstreflexion

a. Persönliche Selbsteinschätzung und Lernreflexion

• Im Lehrgang

2010/11 verbrachte ich – abseits von Erwerbsarbeit – mit einer einjährigen Bildungskarenz. Die Module von KRPG 15 haben diese Auszeit maßgeblich strukturiert und geprägt.

Über die gesamte Lehrgangszeit hinweg war mir und wurde mir immer bewusster, dass die natursportliche Dimension der Erlebnispädagogik eines meiner intensivsten Lernfelder sein wird. Ich erinnere mich sehr deutlich, wie viel Schweiß und sogar Tränen in diese Zeit geflossen sind!

Mitgenommen habe ich mir daraus: die intensiven Glücksmomente alle Wege dennoch bewältigt zu haben, viele wertvolle Erfahrungen in Sachen Gepäckmenge und -reduktion, Wertschätzung moderner Materialqualität von Ausrüstung und Kleidung, Tricks für mentales Kraft- und Ausdauermanagement;

Meine persönliche Leidenschaft für und Verbundenheit mit dem was ich nur als „Transzendenz“ beschreiben kann sowie dem Erzählerischen und Symbolhaften – egal ob Mythos, Märchen oder Biographien, macht mich – noch mehr als vorher – zur Liebhaberin von narrativen und rituellen Gestaltungs- und Begleitdimension.

Die intensiven Lehrgangstage bzw. -wochen haben mich – einmal mehr – damit konfrontiert, dass Familien- und Beziehungsthemen sehr lebendig in mir arbeiten. In diesem Sinn widme ich mich nach wie vor meinem persönlichen Entwicklungsprozess in Bezug auf emotionale Intensität, Ich-Stärke und -dosierung sowie Abgrenzungsfähigkeit und Gelassenheit.

Was Gruppendynamik betrifft, hat es mich sehr überrascht wie verschiedenartig sich Groß- und Kleingruppenarbeit auf Erlebnisdimensionen z.B. Präsenzintensität, Zeit- und Raumempfinden, Verhältnis und Qualität zw. Programm- und Pausenzeiten uvm. ausgewirkt hat und versuche diese Reflexion in meine zukünftigen Projektplanungen gut mit ein zu ziehen.

Das Begleiten von Gruppen in mehrköpfigen Teams habe ich als eine inhaltliche und menschliche Erweiterung von Kompetenzen und Herangehensweisen sowie als praktische Erleichterung schätzen gelernt – als Teilnehmende und als Seminarleitung.

• Im Diplomprojekt

Der notwendig gewordene Abbruch einer Besichtigungstour“ zum ursprünglich ausgewählten Seminarort in den winterlichen Bergen hat mich – unerwartet heftig – daran erinnert, dass körperliche Fitness und natursportliche Routine nicht durch Wünschen alleine erreicht werden können sondern das Ergebnis monate- bzw. jahrelanger Praxis sind.

Um mir selbst als Trainerin und Person – und damit auch den Bedürfnissen meiner TeilnehmerInnen gerecht zu werden, habe ich die Örtlichkeiten mit kurzen, einfachen – aber dank Salzburgs wundervoller Natur nicht minder idyllischen - Anreisestrecken – ausgesucht. Beide Orte hätten es im notwendigen Fall auch

ermöglicht das Material mit dem Auto bis in die unmittelbare Nähe der Seminarplätze zu bringen.

Dadurch war bei der tatsächlichen Durchführung der Diplompraxistage gewährleistet, dass ich als Trainerin physisch kontinuierlich in meinem Komfortbereich agiert habe und mich m.E. angemessen gut erst die Aktivitäten und Bedürfnisse der Teilnehmenden annehmen konnte. Was mir deutlich bewusst war, ist dass erst die Zusammenarbeit und Unterstützung der Co-Leitung den reibungslosen Ablauf gewährleistet hat.

Was mich als Veranstalterin dann doch hart getroffen hat war, dass die angemeldeten TeilnehmerInnen (3 von 5) wenige Tage vor dem Seminar ihre Anmeldungen stornierten. Die übrigen beiden TN's entschlossen sich unter diesen Umständen – trotz meines Angebots Einzelbegleitungen und ein entsprechend angepasstes Programm zu gestalten – ebenfalls auf das Seminar zu verzichten, bekundeten aber ihr Interesse am Ausweichtermin teilzunehmen.

Für die zweite Ausschreibung habe ich dann auch den Titel ein wenig geändert. Ziel dabei war, dem Thema „Glück“ mehr Raum zu lassen in dem der eher formal klingende Untertitel „Systemische Laufbahnorientierung“ weggelassen wurde; was auch m.eE. den Vorteil hatte, dass weniger „kopfige“ Fragen über den Seminarinhalt auftauchen wenn der Titel einfacher und knackig klingt.

Der Titel hat weiterhin einen deutliche Entwicklungsanregung, aber keinen unbedingt als „beruflich“ wahrgenommenen Bezug mehr. Die Suchen nach TeilnehmerInnen ohne Bezug zu einer Einrichtung/Firma/Schule war ohnehin schwierig genug.

b. Handlungskompetenzen in Bezug auf die 4 Methodenfelder von KRPG? Haltung beim systemisch-lösungsorientierten Ansatz?

Bei dieser Frage hänge ich komplett in den Seilen...nun, ich nehme an, dass das u.a. daran liegt, dass jetzt – im August 2014 während ich dieses „letzte“ Kapitel schreibe – schon viel Zeit vergangen ist...

... und weil ich nun wirklich, endlich diese Arbeit beenden möchte, lasse ich diese Frage aus!²⁴

c. Wo liegt das Potential, die Stärken? Was ist mein Ausblick?

In der Durchführung der Werkstätte und der Diplomtage fühlte ich mich in der Verbindung von narrativen, szenischen und rituellen Elementen auf sicherem und energetischem Terrain. Sehr hingezogen fühle ich mich auch zur Begleitung szenischer Techniken wie z.B. der Parts Party und dem Mythenspiel. Hier ist für mich eines der tiefen Wirkfelder der Hagazussa²⁵, in dem die Begleitung den Kommunikationsraum zwischen Ratio und Emotio und Intuition hält und moderiert. Aus meiner Erfahrungen und Liebe zu naturspirituellen Ritualen – auch in Gruppen – bringe ich Respekt vor den oft sehr intensiven Erlebnissen mit und bemühe mich um Weitblick und Achtsamkeit im Sinn aller Beteiligten.

Eine meiner auffallenden Eigenschaften ist das „Spiel mit Worten“ und prägnantes Formulieren. Wichtig, damit dieses Potential zum Nutzen der Teilnehmenden wird, sind die Dosis und der passende Zeitpunkt um Worte bzw. Geschichten wirksam

²⁴ ...vielleicht habe auch die Frage woanders unbemerkt behandelt?

²⁵ Siehe Fachartikel S.

einzusetzen. Mit großem Interesse habe ich daher den Abschnitt in „Wagnisse des Lernens“ über „Sprache – Handwerk und Kunst“ (wieder) gelesen und habe im Fachartikel bzw. in der englischsprachigen Seminararbeit am Schumacher College über den Spannungsbogen zwischen Schweigen/Stille und Sprache geschrieben.

Besonders gefreut hatte ich mich auch über das Feedback eines Werkstätten-Teilnehmers der/das mich in meiner Orientierung hin zur naturtherapeutischen Arbeit bestätigt hat.

Seit Beginn des Jahres bin ich in Eltern-Karenz und kehre erst voraussichtlich im Herbst 2015 zurück. Diese Pause widme ich mich – neben meinem Mamasein – dem systemischen Begleiten und Gestalten.

In den beiden kommenden Jahren möchte ich mich in systemischer Gesprächsführung und im Kajak weiterbilden und Plätze in meiner Wohnumgebung Salzburg auskundschaften.

Auftragsmöglichkeiten bzw. -ideen bestehen u.a. mit/für dem Bildungshaus St. Virgil (ZG: junge Erwachsene, Eltern-Kind-Gruppen), Friedensbüro Salzburg (ZG: Schulgruppen), Kolpinghaus Salzburg (ZG: Lehrlinge, junge Mütter) sowie der Grüne Bildungswerkstatt (ZG: AktivistInnen, zivilgesellschaftlich und politisch aktive Menschen). Im Gespräche über zukünftige (natur)sportliche Kooperationen in denen mein Beitrag die Gestaltung und Begleitung persönlichkeitsentfaltender Module wäre, laufen mit dem Kajaktour-Unternehmen *Genusspaddeln* sowie einem Yiquan-Verein in Salzburg.

6. Fachartikel

WURZELWERK, NATURARBEIT & FLÜGELSCHMIEDE

Gemeinsamkeiten von
Ökopsychologie, kreativ-ritueller Prozessgestaltung und Tiefer Ökologie

Einleitung

In den vergangenen 25 Jahren und in seinen Grundzügen schon viel früher, haben sich die Zugänge und Theorien zu Lernen, Sozial- und Gruppenentwicklung sowie Umwelt- und Persönlichkeitsbildung sehr stark ausdifferenziert. Es existieren faktisch hunderte Schulen, Organisationen und auch Universitäten, die Aus- und Weiterbildungen im Bereich „sustainable developement“ im Programm haben und auch „Train the trainer“-Lehrgänge gibt es wie Sand am Meer.

Auf meiner „Lern- und Lebensreise“ hab ich mich für die Seminare entschieden, in denen ein ganzheitliches Welt-, Lern- und Menschenbild sowohl theoretisch als auch praktisch gelebt wird.

Diesen Fachartikel nütze ich nun als Review meiner vergangenen Weiterbildungen und möchte die theoretischen und praktisch-methodischen Gemeinsamkeiten von

- „Systemischen Prozessgestaltung mit kreativ-rituellen Methoden“/ Erlebnispädagogik nach Plano Alto,
- „Arbeit, die wieder verbindet“ nach Joanna Macy et al., und
- „Natural Change Approach“ nach Margret Kerr & David Key

besprechen.

Kurzbeschreibungen

Zur Beschreibung der Ansätze und Ziele nütze ich die Formulierungen der jeweiligen Homepages bzw. Grundlagen-Publikationen. Denn auch in jeder der angeführten methodischen Zugängen ist ausschließlich das was der jeweilige Mensch (= ein System) von sich selbst preisgibt ein stimmiger Ausgangspunkt für die Arbeit mit den ProtagonistInnen/KlientInnen – so auch hier, wenn es um die Analyse und Synthese zwischen diesen drei Entwicklungsansätzen (= ProtagonistInnen meines Artikels) geht.

„**Kreativ-rituelle Prozessgestaltung**“ ist eine „*Methodenkomposition zur Unterstützung von Wandlungsprozessen von Menschen und Systemen, die sich aus den Elementen Naturerfahrung, Kreativtechniken, szenischen Arbeiten, und rituelles Gestalten zusammensetzt und auf den Grundprinzipien von Ressourcen-, Prozess- und Handlungsorientierung basiert.*“²⁶

Die „**Arbeit, die wieder verbindet**“ soll „*Menschen dabei helfen ihre natürlicherweise bestehenden Verbindungen untereinander und mit den systemischen Selbstheilungskräften im Netz des Lebens zu entdecken, sie zu erfahren und so ermutigen und motiviert zu werden, ihren Teil zur Schaffung einer zukunftsfähigen Zivilisation beizutragen. [...] Die Theorie, die dieser Arbeit zugrunde liegt [...] leitet sich ab aus der aktuellen Herausforderung, sich für das Leben zu entscheiden, aus der Wahrnehmung und Würdigung dessen, was uns bremst und hindert, und aus dem Verstehen der selbstorganisierenden Kräfte des Universums, diesem allem zugrunde liegenden Geheimnis.*“²⁷

26 Kreszmeier/Hufenus (2000), S.197

27 Macy & Brown (2007/2), S.75/76

„The **Natural Change Approach** explores how experiences of the natural world inspire people to live sustainably. In addition to this personal process, Natural Change equips participants with the skills, insights and motivation to lead others towards a more sustainable future.

Natural Change brings together small, influential groups of people to participate in a programme of wilderness workshops. The best known of these were commissioned by WWF in 2008 and 2010. The work combines personal development, experiential learning, mentoring, reflection time, group discussion, and a deep exploration of leadership and social change processes.“²⁸

Bereits anhand dieser Kurzbeschreibungen wird der hohe „Verwandtschaftsgrad“ zwischen *Kreativ-ritueller Prozessgestaltung*, der *Arbeit, die wieder verbindet* und dem *Natural Change Approach* deutlich.

Als aktiv Teilnehmende von Lehrgängen und Seminaren der jeweiligen Ansätze wurde das auf vielfältigen Ebenen sichtbar – theoretisch wie auch methodisch-praktisch. Im folgenden Hauptteil des Artikels möchte ich nun auf eben diese Gemeinsamkeiten näher eingehen.

Holistic Science & Holistic Education - Ganzheitliche Wissenschaft für ein ganzheitliches Lernen

Was ich an unserer Zeit als wirklich zukunftstragend und hoffnungsvoll sehe ist, dass sich – wenn es um die letzten Wahrheiten geht (woher? wohin? wie?) – die verschiedenen Wissenschaften (science – humanities) einander angenähert haben. Heutzutage ist der Graben zwischen den Ergebnissen der naturwissenschaftlicher Forschungen (Neurowissenschaften, Physik, Psychologie) und den Erkenntnissen und Theorien der Transzendenzwissenschaften (Philosophie, Religionswissenschaft), lang nicht mehr so tief und unüberbrückbar, wie es in den vergangenen 150 Jahren der Fall war.

„Holistic Science weaves together the empirical and the archetypal aspects of the mind so that they work together as equal partners in a quest that aims not at complete understanding and mastery of nature, but that rather strives for genuine participation with nature.“²⁹

Basismodell in Bezug auf die menschliche Realitäts- und so auch angemessene Wissenschaftskonstruktion der „Holistic Science“ wie Stefan Harding sie in seinem Grundlagenwerk „Animate Earth. Science, Intuition und Gaia“ anführt, ist die Synthese aller vier psychologischen Funktionen des menschlichen Gehirns nach C.G. Jung: sensing (wahrnehmen), thinking (denken), feeling (fühlen), intuition (ahnen). Harding überträgt diese „Jungianische Mandala“ im Sinn einer ganzheitlichen Auffassung von „Ways of knowing“ über die gesunde Psyche eines einzelnen Menschen hinaus auf eine kollektive System-Ebene.

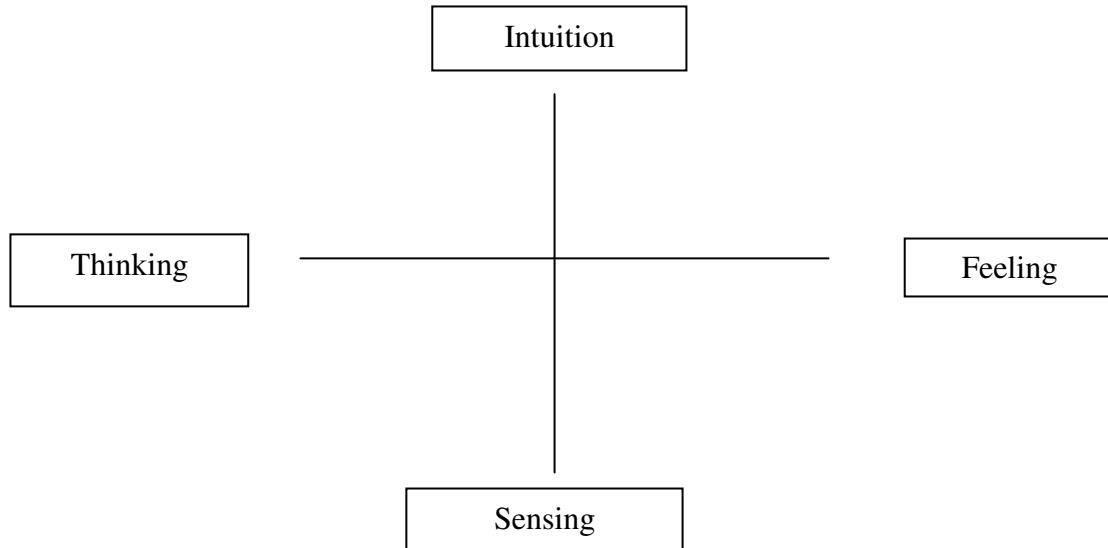
In der Erörterung den Grundlagen von KRPG, ADWV und NCA sehe ich das Jung-Mandala als elementar, da alle 3 Methodenansätze darauf basieren diese vier Arten des Wissens zu aktivieren und in allen Prozessphasen lebendig miteinander zu verbinden.

Sobald das Anstreben einer gleichberechtigten Verbindung von Denken, Fühlen, Wahrnehmen und Ahnen gelingt, relativieren wir die dominante westlich-quantitative Orientierung und ermöglichen die Berücksichtigung qualitativer Faktoren.³⁰

28 <http://www.ecoself.net/natural-change/>

29 Harding (2006/2), S.35

30 Vgl. Harding (2006/2), S.37



Und das wird in den Lebens- und Trainingswelten von KRPG, ADWV und NCA aktiv umgesetzt. Nicht unbedingt die Intensität, Masse oder Dominanz eines Phänomens ist ausschlaggebend, sondern die Tatsache, DASS etwas auftritt/ausbleibt und in welcher Qualität/Form/Zeit/Ort/Umgebung etc. das geschieht.

Und so findet ein lernender Mensch in den KRPG-Lehrgängen, den ADWV-Workshops, in NCA-Kursen, aber auch in universitären Einrichtungen wie dem Schumacher College (Devon/UK) ein Setting vor, das als „Holistic Education“ bezeichnet wird. Erwin Wagenhofer drückt das im Interview über seinen aktuellen Film „Alphabet“ folgendermaßen aus: „*Bildung heißt, sich ein Bild zu machen. Das ist die Herausforderung. Ein gebildeter Mensch ist einer, der sich ein Bild von der Welt machen kann, das er jederzeit hinterfragen, argumentieren und verändern kann. [...] Das Wort Erziehung gehört verbannt und durch Beziehung ersetzt!*“³¹

Und genau darum geht es auch in KRPG, ADWV und im NCA:

- Die Methodenpaletten widmen sich dem Entdecken, Schaffen und Betrachten von äußerem und innerem Bildern. Bilder sind ein Medium, die es uns ermöglichen zu be- und verarbeiten, was sich rund, in und um uns herum abspielt. Warum gerade Bilder sind, den Grundstein für unsere physischen, aber auch mentalen und psychologischen Entwicklungen legen, erörtert Gerald Hüther (2009/5) in „*Die Macht der inneren Bilder. Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern*“.
- das Knüpfen und Pflegen von Beziehungen zwischen Menschen, zwischen Menschen und der Natur, aber auch um die Korrelation zwischen den verschiedenen basalen Gehirnfunktionen (wahrnehmen, fühlen, denken, ahnen) in Ausgleich zu bringen;

Kinder der Systemtheorie

Während sich der reduktionistische Ansatz auf die Analyse einzelner Faktoren konzentriert, verlangen komplexe Systeme – egal ob ein soziales Umfeld, der Lebensweg und die Entscheidungsmuster eines Menschen oder das Ökosystem unseres Planeten – ein miteinander verknüpftes, aufeinander bezogenes Sein, Fritjof Capra dazu: „*Systems thinking involves shifting our focus from objects to processes and relationships, from hierarchies to networks and from objective knowledge to contextual knowledge.*“³²

³¹ Alphabet. Zum neuen Film von Erwin Wagenhofer. In: Brennstoff, Nr. 33, August 2013, S.11ff.

³² Harding (2006/2), S.38

Die Systemtheorie / Allgemeine Theorie lebender Systeme nach Ludwig Bertalanffy spricht von 4 Grundeigenschaften offener (=lebendiger Systeme):³³

1. Jedes System ist ein Ganzes und kann neues hervorbringen, deren Eigenschaften nicht vorhersagbar sind (=Emergenz).
2. Systeme können sich selbst stabilisieren und regulieren (= Homöostatik).
3. Systeme entwickeln im Rahmen der Regulierung/Stabilisierung ein bestimmtes Level an Komplexität.
4. Systeme sind gleichzeitig ineinander verschachtelt und ein in sich eigenständiges Ganzes (=Holon).

Für alle drei Methodenansätze gehört es zum konzeptuellen, theoretischen wie praktischen Selbstverständnis dem „großen Ganzen“ Bedeutung und Präsenz einzuräumen – auch im wörtlichen Sinn. Das bedeutet nicht, unbedingt und genau zu wissen, wie die Dinge miteinander zusammenhängen; oft reicht eben die Ahnung und entsprechende Haltung, dass dem so ist um dessen Wirkung zu entfalten.

Und indem viel, ja möglichst viel Zeit in einer Art TING³⁴ (= Treffen in natürlicher Gemeinschaft) verbracht wird, können unsere „Zivilisationsschichten“³⁵, die uns oft den Blick auf das sogenannte Wesentliche verstellen, abfallen bzw. auf das angemessene reduziert werden und es eröffnet sich uns ein Bild davon, wie die Dinge zusammenhängen und welchen tatsächlichen Sinn sie für uns erfüllen.

Und dieser Blick auf das Gesamtbild, der ist eventuell nur flüchtig ist, aber eben sehr einprägsam, wirkt wie ein Blick auf den entfalteten Schmetterlingsflügel in seiner ganzen Pracht!

Die Gaia-Theorie - In Beziehung zum lebendigen Organismus Erde

In den letzten Jahrhunderten wurde das ehemals mythisch geprägte Weltbild durch die zunehmenden Erkenntnisse der klassischen Wissenschaften in ein mechanistisches umgeformt. Während diese Form des Erkenntnisgewinns der Menschheit den unbestrittenen Vorteil geboten hat, zu wachsen, an Lebensdauer zu gewinnen und viele Innovationen und Veränderungen zum positiven zu erreichen, haben wir den Preis der Entfremdung von den ganzheitlichen Zusammenhängen, der uns umgebenden und auch durchdringenden Abläufe verbinden, gezahlt.

Dieser Umstand wird besonders in unserem Bezug zum Planeten Erde sichtbar. Das herrschende Paradigma von Technik, Wissenschaft und Ökonomie spricht von der Erde als wertvollem Ort, als kostbare Ressource – sogar als derzeit noch einzigartiger Heimat, aber es scheint zum gegebenen Zeitpunkt noch wenig Horizont für eine andere Sichtweise und vor allem Beziehung zu einer Mitwelt, anstatt einer Umwelt vorhanden zu sein.

Den ersten Meilenstein in der Veränderung des gängigen Welt- und Erdbildes haben die britischen WissenschaftlerInnen Lynn Margulies und James Lovelock mit der mittlerweile nicht mehr ganz unbekannten Gaia-Theorie gelegt.³⁶

In seiner Arbeit als Geophysiker war Lovelock den Geheimnissen der Erde und des Universums auf den Spuren. In den 60er Jahren machte er die Entdeckung, dass die Erde ein Ausmaß an Fähigkeit der Selbstregulierung besitzt, dass den bisher angenommenen Rahmen übersteigt. Konsequent weitergedacht leitete er davon ab, dass die Erde in seiner Gesamtheit ein lebendiges System ist und taufte diese Theorie auf den Namen Gaia, die mythische Erdgöttin aus der griechischen Antike

33 Vgl. Macy & Brown (2007), S. 54/55

34 Name, Form der Zusammenkunft von Menschen in der freien Natur www.urwurz.de

35 Einem Buch- oder Referatsinput nach, ist unsere Verbindung zur Zivilisation nur 4 Tage alt. Nach dieser Zeitspanne, die wir im Freien, in Verbindung mit der Natur verbracht haben, beginnen wir tatsächlich zu den in uns verankerten alten Erfahrungen und von der Natur geprägten Instinkten wieder Kontakt aufzunehmen – egal ob du Bankangestellte, LehrerIn oder WildnistrainerIn bist!

36 Vgl. Macy/Young Brown (2007), S. 57 und Harding (2006/2), S. 58ff

– ein Zeitalter in dem Logos und Mythos weitgehend gleichberechtigt nebeneinander existierten.

Kreativ-rituelle Prozessgestaltung, die *Arbeit, die wieder verbindet* und *Natural Change Approach* sehen in der Öffnung von Begegnungsräumen mit dieser Erde als lebendigem Ganzen das Herzstück ihrer Entwicklungs- und Veränderungspotentiale. Meiner Erfahrung nach ist nichts in dieser Form leer genug und gleichzeitig voller Fülle wie Naturerfahrungen.

Selbst ohne die verdichtenden Begleitung durch TrainerInnen stellt sich die Natur – egal ob Wildnis oder gepflegte Kulturlandschaft dem Menschen an die Seite, wenn es um das Bewahren, Loslassen, Sein oder Werden immaterieller, innerer Prozesse geht, die in die Dimension des Erfassbaren gehoben werden möchten.

KRPG, ADWV und NCA beinhalten eine Vielzahl an Settings und Aktivitäten für Einzelpersonen sowie Gruppen um persönliche, sinnliche Erfahrungen in der Natur zu machen. Vielfältige Landschaften und ihre Wirkungen auf das Innenleben, das prägende Erlebnis das eigene Essen unter freiem Himmel zuzubereiten, der Genuss von angenehmem Wetter, aber auch die stimulierenden Momente, wenn es darum geht sich mit „widerspenstigen“ Naturgewalten zu arrangieren.

Der Begriff der „Natur“ ist dabei aber recht weit gesteckt, denn auch (aber keinesfalls nur) städtische Räume sind ein Teil der heutigen Lebenswelt des Menschen. Was den Unterschied, und damit die Bezugnahme zur Gaia-Theorie, ausmacht, ist m.E. eine Haltung einzunehmen, in der die Wahrnehmung in welcher Form, Qualität und Verlauf Elemente, Personen, Phänomene in Zusammenhang miteinander stehe, einen angemessenen Platz finden kann - anstatt in die rein analysierende und damit bewertende Haltung zu kippen.

Diving deep – Ökopsychologie, -therapie & Tiefe(n)Ökologie

Ökopsychologie strebt danach Ökologie und Psychologie als Disziplinen zu verbinden – einerseits um das psychologisch geprägte Denken um den umwelt- bzw. mitweltbezogenen Rahmen zu erweitern (damit einher geht die Bereitschaft nicht nur den Menschen als Maßstab für ökologisch und psychologisch sensiblen Umgang wahrzunehmen); andererseits um ein weiteres wichtiges Bezugssystems für die Ökologie zu erschließen – und sich im Besonderen der Frage zu widmen, in welcher Weise aktuelle ökologische Fragestellungen mit psychodynamischen, aber auch pathologischen Prozessen in Zusammenhang stehen.

James Hillman: “By ‘psychology’ I mean what the word says: the study or order (*logos*) of the soul (*psyche*).”³⁷ The word ‘Eco’ in Greek means House or Home. Therefore Ecopsychology is literally the knowledge of the soul in its home.³⁸

Ökopsychologie betrachtet die Natur als gleichwertige Partnerin in einem selbstregulierenden und emergenten Beziehungsprozess mit dem Mensch und sieht darin eine Form von belebtem Dialog zwischen zwei miteinander in Bezug stehenden Systemen, der therapeutisch, heilende Effekte – insbesondere auf den Menschen - haben kann. Inwiefern das auch umgekehrt der Fall sein könnte, wird derzeit noch weitgehend als esoterisch anmutende Spekulation oder im Maximum als metaphysische Möglichkeit betrachtet bzw. auf biologisch-physikalische Gegebenheiten zurück geführt z.B. warum Pflanzen positiv auf menschliche Ansprache reagieren.

Umgekehrt profitiert die Natur selbstverständlich von den Bestrebungen der Ökopsychologie, da Individuen und umso mehr Gesellschaften, die sich ihrer ganzheitlichen Beziehungen zur Natur gewahr sind das Zusammenleben mit ihrem Gegenüber „Natur/Umwelt/Mitwelt/Ökosystemen“ bewusster gestalten.

³⁷ Hillman In: Roszak 1995: xvii

³⁸ Session 1, Ecopsychology – Roots of Change, 7.3.2011

Natur- und Ökotherapie - in diesem erweiterten Verständnis - suchen die Wiederherstellung von Beziehungen in einem ganzheitlich-systemischen Sinn während andere Formen der Psychotherapie sich oftmals auf die Ebene der menschlichen Beziehungen, deren Funktionen und dysfunktionalen Dynamiken beschränken.

Ökopsychologie und Tiefenökologie stellen das „ökologische Selbst“ in den Vordergrund und die Ökotherapie beschäftigt sich mit Prozessen, in denen es um das Erfassen und den Umgang mit dieser Dimension des menschlichen Seins in Körper, Geist und Seele. Armstrong sieht im Konzept des ökologischen Selbst als gemeinsames Geisteskind der jungianischen, humanistischen, Gestalt- und transpersonalen Psychologie³⁹: „Durch den Prozess der Identifikation mit nicht-menschlichen Existenz- und Lebensformen entwickelt man laut Naess das ökologische Selbst. Es ist das, womit sich ein Mensch identifiziert; steht in Verbindung mit ökologischem Bewusstsein, ökologischer Sensibilität, Ehrfurcht vor dem Leben und stellt die Naturzugehörigkeit des Menschen in den Vordergrund: ‘Wenn wir erfahren, dass wir keine isolierten, getrennten und hautverkapselten Egos sind, sondern Teil des größeren Körpers der Erde, wird die Verteidigung der Natur ganz einfach Selbstverteidigung [...] Eigeninteresse wird ganz natürlich’ [...].“⁴⁰

Mary Jane Rust, jungianische Analytikerin, Ökopsychologin und -therapeutin, verdeutlicht mir bzw. uns als KursteilnehmerInnen am Schuhmacher College darüber hinaus eine Verbindung zwischen dem Konzept des ökologischen Selbst und der Beschreibung des Volks der Okanaga von einem „spirituellen Selbst“ durch ihren Bezug auf Armstrongs Erwähnung „as ‘without substance while moving continuously outward’ [...] this self requires a great quietness before our other capacities fuse together and subside in order to activate something else“⁴¹.

Ein möglicher Anhaltspunkt und Ziel von ökotherapeutischen Settings und der Auseinandersetzung mit dem ökologischen Selbst ist die Entdeckung einer solchen „erweiterten Identität“ und die Ausdehnung des persönlichen und/oder gesellschaftlichen „circle of compassion towards the „more-more-than-human-world“⁴².

Die Tiefe(n)Ökologie ist eine holistische Umwelphilosophie,-ethik und spiritualität. Begründet von Arne Naess in den 70er Jahren als Antithese zum konventionellen Anthropozentrismus bietet die Tiefenökologie eine ganzheitliche Sichtweise – eben ein in die Tiefe gehen im Hinblick - auf aktuelle zivilisatorische Herausforderungen und engagiert sich für die Erkundung und Anwendung methodisch-praktischer Ansätze und potentielle Bewältigungsstrategien für ökologische, soziale, wirtschaftliche, politische und psychisch-physische Probleme. Dabei werden individuelle und gesamtgesellschaftliche Symptomatiken nicht als voneinander getrennt gesehen und zu bewältigen versucht und es werden weniger kausale, als eben systemische Zusammenhänge zwischen den vielfältigen Ebenen angenommen.

Durch die Infragestellung konventioneller Ansichten und Logiken möchte die Tiefenökologie zu einem Bewusstseins- und Paradigmenwechsel verhelfen der eine

39 Armstrong In: Roszak 1995: 316

40 Vgl. Andrea Wolter, Dipl. 2004, S.16

41 Armstrong In: Roszak 1995: 322

42 Aus: Session 2, Ecopsychology – Roots of Change, 8.3.2011

Damit gemeint ist m.E. n. Eine Erweiterung des „Mitgefühls“ im Sinn von Achtsamkeit, empathischer Bezugnahme, Anerkennung einer Verbundenheit mit dem was es außerhalb und rund um die rein menschliche Existenz gibt. Diese „more-than-human-world“ umfasst einen individuell und/oder gesellschaftlich durch Weltbilder festgesetzten und/oder persönlich erfahrenen Rahmen z.B. der Tier- und Pflanzenwelt, der Erde als Gesamtorganismus oder auch spirituell geprägte Kosmologien mit den dazugehörigen Entitäten.

„ganzheitlich lebensfördernde“⁴³ Erdgesellschaft als erstrebenswert und vor allem machbar begreift und dementsprechende Wandlungs- und Entwicklungsprozesse in die Wege leitet. Diese Vorgänge werden von ProtagonistInnen der TÖ als „großer Wandel für eine zukunftsfähige Welt“ bezeichnet mit dem zentralen Werkzeug und Begriff der „WiederVER/ANbindung“.⁴⁴

Kreativ-rituelle Prozessgestaltung nach Plano Alto, die Arbeit, die wieder verbindet und Natural Change Approach wirken u.a. durch ihre tiefe Beziehung zur Natur, die dabei mehr als eine Raum, eine Erlebniswelt o.ä. darstellt.

KRPG – so eine Selbstbeschreibung von Habiba Kreszmeier und Hans-Peter Hufenus - „verbündet mit der klassischen Erlebnispädagogik die Haltung, dass die Natur eine große Lehrmeisterin ist [...] und sieht in der Naturerfahrung neben der konkreten auch eine metaphorische, eine energetische und eine spirituelle Dimension. [...] pflegt eine sich ganzheitliche nennende Pädagogik, in der Menschen einen Teil des „Großsystems Lebens“ in der Körper, Psyche und Seele eine Einheit bilden, die mit der Umwelt aufs engste verflochten ist.“

Und obwohl KRPG nicht nur im Outdoor praktiziert wird kommt ihre ökopädagogische/-therapeutische Relevanz erst im Freien zur vollen Blüte und dynamisiert die Wahrnehmung des ökologischen Selbst und die Bezugnahme auf ökopsychologische Prozesse wird durch die reale Verbindung zwischen Mensch und Natur. SeminarteilnehmerInnen und ProtagonistInnen berichten oft sehr lebhaft von tiefen Erfahrungen ihrer selbst im „Spiegel der Natur“, knüpfen durch die (für die meisten Erwachsenen/Jugendlichen) ungewohnt kontinuierlich erdigen, für ein miteinander von Menschen untereinander und mit der Natur sinnhaften und sinnesintensiven Aktivitäten an Anteilen ihrer Psyche an, die u.U. in anderen erlebnispädagogischen Settings nicht in dieser Unmittelbarkeit zugänglich sind. KRPG als Methodenspektrum katalysiert und bereichert durch diese - auch unausgesprochen einhergehende - Aktivierung ökopsychologischer und tiefenökologischer Impulse Entwicklungs- und Reflexionsprozesse z.B. Persönlichkeitsentfaltung, Organisations- und Teambegleitung, Seminar-, Lern- und Schulungsveranstaltungen, Gruppenbildung, -entwicklung und -coaching u.v.m. auf einer pädagogisch vertieften und komplex wirksamen Weise.

ADWV sieht das „Netz des Lebens“ noch enger gewebt und basierend auf der Verbindung zwischen dem Mikro- und dem Makrokosmos, dass es nicht nur eine Verflechtung zwischen Mensch in seiner Ganzheitlichkeit und der Natur gibt, sondern dass Mensch und Natur eine lebendige Schöpfung bilden, die gemeinsame körperliche, psychische und seelische Dimensionen miteinander teilen. Die Methoden und Übungen der ADWV sind entsprechend diesem weltanschaulichen Paradigma gestaltet, da sie ja auch bewusst am ökologischen Selbst bzw. an ökopsychologischen Ebenen anknüpfen möchten.

Ebenso baut der NCA darauf, Menschen wieder in Kontakt mit ihrem ökologischen Selbst zu bringen um dementsprechend nachhaltige Entscheidungen in ihrem Berufs- und Privatleben zu treffen. Das Programm und die Methoden von NCA wurden von Fachpersonen aus Ökopsychologie und -therapie entwickelt.

Das Netz des Lebens – von den heilsamen (Ver)Bindung in und um uns herum
Während die Entwicklungspsychologie bereits seit Jahrzehnten die Wichtigkeit von gelungenen Bindungen zwischen Eltern und Kindern bzw. die Psychologie im

43 Diana Voigt In: Sustainable Austria Nr. 41, 2007: 2

44 Diana Voigt In: Sustainable Austria Nr. 41, 2007: 3

Anmerkung der Autorin: Diana Voigt zählt acht „Punkte der Tiefenökologie auf. Von Punkt 5.) 6.) und 8.) möchte ich mich persönlich und in aller Deutlichkeit distanzieren trotz meiner grundlegend positiven Haltung zur Tiefenökologie und werde mich bei nächster Gelegenheit intensiver mit diesen Aussagen auseinandersetzen und in welchem Kontext sie entstanden sind oder von Frau Voigt in dieser Formulierung in ihrem Skript Niederschlag gefunden haben. Das Originalwerk von Arne Naess liegt mir derzeit ebenfalls noch nicht vor.

allgemeinen vom selbstbestimmten entlang gleiten auf einer Achse zwischen Autonomie und Bindung als Element eines ausreichenden inneren Gleichgewichts ausgeht, war es lange – zu lange – still um das Thema „Bindung/Verbundenheit mit und in der Welt“ im Kontext Erdgesellschaft, die die Menschheit und sogar mehr als die Menschheit im Blickfeld hat.

Ein spannender Wissenschaftler und Philosoph in Bezug auf verschiedene Ebenen von Spaltung in unserer westlichen Wachstums- und Messbarkeitskultur ist Brian Goodwin⁴⁵ mit „*Nature's Due. Healing our Fragmented Culture*“. Er wirft einen kritisch-schöpferischen Blick auf unsere Kultur – und meint damit ebenso die Gestaltung und Sichtweise von und auf Wissenschaft, Gesundheit, Wirtschaft, etc. - als stark in Fachbereiche und Disziplinen zergliedert und spricht in dieser letzten großen Publikation vor seinem Tod 2009 davon, warum es für eine nachhaltige Gesellschaft notwendig ist in systemisch verbundenen und ganzheitlich gestalteten, qualitativ orientierten Zusammenhängen gedacht und gelebt zu werden. Goodwin: „*The focus of the Great Work is on local action [...] The objective is to discover lives of meaning that are necessarily embedded within a specific natural context, based on deep knowledge of place and history [...] expressed through local narrative and action. [...] The trick is to live in the present, to pay attention to detail and maintain the integrity of the process in which you are engaged, informed by a love that recognizes conflict and is prepared to live through it to resolution.*“⁴⁶

Basierend auf den Arbeitsprinzipien der Prozess-, Handlungs-, Ressourcen- und Lösungsorientierung erproben und trainieren ProtagonistInnen und TeilnehmerInnen von KRPG-Settings die von Goodwin skizzierte Lebenswelt - ebenso geprägt sind auch die Räume in denen sich ADWV und NCA verorten und manifestieren. Die Atmosphäre, die dadurch entstehen kann, wird u.a. als besonders förderlich und wohltuend beschrieben; was aber nicht heißt, dass die so verbrachte Zeit auf dem Prinzip von „Eitel, Wonne, Griessschmarrn“⁴⁷ fußt. Viel mehr werden bereits zuvor empfundene Dilemmata, Konflikte oder Ambivalenzen näher geholt, damit deutlich spürbarer und somit von der Abspaltung in die Bewusstheit und im Idealfall in Auflösung und/oder Integration gewandelt.

KRPG, ADWV und NCA können – abhängig von der jeweiligen Zielsetzung der Interventionen und/oder Veranstaltungen – auf unterschiedlichen Ebenen angewendet werden (intra- und interpersonell, gesellschaftlich, transpersonell etc.). Klarerweise werden thematisierte Herausforderungen nicht adhoc tatsächlich gelöst, aber es kann sich so in den jeweiligen Szenarios durchaus wertvolle, weil neuartige Sichtweisen und innere Handlungsspielräume auftun.

Alle drei Settings haben einen – in der Regel auch für „kopfige“ Erwachsene - gut verträglichen Anteil an „spielerischen“, sowohl intuitiv als kognitiv fassbare Aktivitäten in ihrem Repertoire.

Sowohl in der Haltung von TrainerInnen und ProtagonistInnen als auch im Methodenspektrum von KRPG, ADWV und NCA scheinen mir auch immer wieder Anteile aus der sogenannten „Aussöhnung mit dem inneren Kind“ bzw. noch stärker die Entwicklung hin zur Integration des „liebevollen inneren Erwachsenen“. Chopich & Paul (2007²⁴) benennen als Ziel die „innere Verbundenheit“ sowohl was innerpsychische Prozesse als auch soziale, gesellschaftliche und transzentrale Ebenen betrifft.

45 Ist nomen omen und ist es noch anderen mal aufgefallen, dass James Lovelock und Brian Goodwin als Impulsgeber der Gaia-Theorie und vieler daran anknüpfender Gedanken so wunderschöne Familiennamen tragen „Schloss der Liebe“ und „Gutgewinn“ tragen?!

46 Goodwin (2007), S. 161

47 Ein österreichisches Sprichwort für „Idylle“, „künstliche Harmonie“ o.ä.

Besonders spannend sehe ich den Zusammenhang zwischen dem jeweiligen inneren Anteil den ein Mensch gerade aktiviert hat oder kann (höheres Selbst oder Ego) und der zeitlichen Dimension: „*Das Ego lebt in der Vergangenheit und in der Zukunft. Wenn wir in unserem Ego sind, dann projizieren wir unsere Erfahrungen und Anschauungen aus der Vergangenheit in die Zukunft. [...] Wenn wir im Augenblick leben, dann sind wir in unserem höheren Selbst.*“⁴⁸

Da KRPG und auch der NCA eine sehr starke Handlungsorientierung haben, bei zeitlichen nahen Impulsen auf der assoziativen und reflexiven Ebene (Naturerfahrungen praktischer und sportlicher Art, szenischer Arbeit und mittels Kreativtechniken werden ja möglichst abwechselnd und stimmig in Seminar- und Trainingsaufbau eingesetzt) werden m.E. mehrere personale Anteile angesprochen und bietet Chancen einer bewussten Integration von Kind- und (liebevollem) Erwachsenen-ICH sowie dem Ego und dem höheren (z.B. ökologischen) Selbst.

Hinter den Spiegeln – Räume, Zeiten & Erinnerungslandschaften

KRPG, ADWV und NCA sehen Raum und Zeit nicht nur als quantitative, orientierungsrelevante Größen, sondern auch als qualitativ Einflussfaktoren, vor allem die Verbindung untereinander und auf die dadurch entstehende Wirklichkeitskonstruktion.

Momente eines Lebens(-abschnitts), Familienbiographien, Ereignisse innerhalb einer Organisation/Firma oder auch sozio-historische Abschnitte werden nicht als isolierte Ereignisse an beliebigen Orten betrachtet, sondern als systemisch und auch zyklisch (und weniger linear) miteinander verbunden wahrgenommen.

Nicht selten überkommt Teilnehmende und ProtagonistInnen in KRPG, ADWV und NCA-Settings das starke Gefühl, dass Situationen nicht zufällig geschehen, sondern dass „*Zeit – Ort – momentanes Ereignis – damit assoziierte Erinnerungen/vergangene Ereignisse/fokussiertes Thema*“ in überaus stimmiger Art und miteinander verbunden auftreten bzw. sich prozesshaft – manchmal mutet es fast „magisch-logisch“ an - in Erscheinung bringen.

Auf wissenschaftlicher Ebene geht Rupert Sheldrake Phänomenologien auf den Grund u.a. dass etwas an einem bestimmten Ort und/oder zu einer bestimmten Zeit in einer gewissen Form geschieht (z.B. Aufstellungen von Familien, Organisationen, Charaktereigenschaften, Wiederaufrufbarkeit von „verlorenen Erinnerungen“ an Orten mit bestimmten Platzqualitäten oder ausgelöst durch bestimmte Bewegungsarten, Körperhaltungen etc.) und hat dafür den Begriff „morphogenetische“⁴⁹ bzw. morphische Felder“ bzw. „morphische Resonanz“ gewählt. Ebenso geläufig für diese Art von Wahrnehmung ist auch die Bezeichnung „Synchronizität“.

Auch Joachim Bauer geht davon aus, dass körperliche Symptome, aber auch Erinnerungen und Wahrnehmungsformen nicht ausschließlich und nur konkret lokalisierbar im Gehirn und durch klassische Gedächtnisfunktionen bzw. von und in Genen generiert und gespeichert sind, sondern auch als Nervenzellen-Netzwerke im physischen Körper präsent und wirksam sind. Mit dem von ihm sekundär-publizierten und im deutschsprachigen Raum popularisierten „Spiegel-Systeme“ liefert er einen Erklärungsansatz für zwischenmenschliche Beziehungsphänomene wie z.B. Empathie. Viel ausführlicher aber berichtet er vom Gehirn und Nervenzellen-Netzwerken als einer sich stetig verändernden inneren Landschaft, in der Menschen nicht ihren Veranlagungen ausgeliefert existieren, sondern inwiefern Beziehungen sowie positive und traumatisierende Erfahrungen unseren Körper und

48 Chopich & Paul, 2007/24, S. 81/82

49 Morphogenese = Entwicklung von Formen

wechselseitig unsere Seele gestalten und prägen. Unsere körperliche und mentale Physis als riesige Bilderlandschaft unseres Lebens.

KRPG, aber auch der NCA und ADWV, arbeiten mit bildnerischen Prozessen und öffnen kreative Räume zur Gestaltung von Erlebnis- und Lebenslandschaften z.B. Biographielinien/Themenmandalas, die in der freien Natur mit dem dort vorhandenen Material – ähnlich der Landart Kunst – in meist mehrstündigen (oder wenn möglich auch -tägigen) Widmungsphasen entstehen und sehr persönliche Lebensgeschichten und oder -themen zum Ausdruck bringen.

Bildhafte Arbeit (auch in Form von szenischen Arbeiten neben diversen Kreativtechniken) wird von allen drei Ansätzen angewandt um wieder in die Handlung zu kommen, oder vielmehr um jeder Handlung (und auch das Verweilen in der Stille oder Bewegungslosigkeit ist eine solche) den ihr angemessenen Platz, Zeitpunkt und Dauer zu widmen.

Ein weiteres Methodenspektrum um sich in Resonanz mit inneren und äußeren Landschaften zu begeben sowie Erfahrungen der „Tiefen Zeit“ und des „Bundes mit der natürlichen Welt“ zu machen, sind rituell gerahmte und unterschiedlich stark geführte und/oder individuell gestaltete Aktivitäten wie Solos, Gaia Walks, Medizinwanderungen, Vision Quests, evolutionäre Erinnerungsreisen, Konferenzen des Lebens u.v.m.

Hier hat Sheldrakes morphogenetische Resonanz ihren Wirkraum. Was Innen war, kann im Außen in Erscheinung treten bzw. sich vor unseren Augen zeigen und (uns) eine Geschichte erzählen, die im rigiden Sinn nicht unbedingt „wahr“ oder „freie von Diskrepanzen“ ist, aber eben ausreichend stimmig um sich in weiteren Schritten damit zu beschäftigen und daran zu wachsen.

Facilitatoren und TrainerInnen widmen sich der Aufgabe „Räume zu öffnen“ und „zu halten“ in denen es gelingen kann begleitet, aber unbeeinflusst individuelle und kollektive Beobachtungsschärfe, Wahrnehmungstiefe, Handlungsbereitschaft und Assoziationsoffenheit zu aktivieren. U.a. der Ausdruck des „Verdichtens“ als Augenmerk in der Begleitung hat mich auf den Bezug zu Sheldrakes Konzept der Morphogenese und anderer Feldtheorien gebracht.

In meiner englischsprachigen Seminararbeit „*The Transformative Potential of Travel through Movement & Motionlessness within Nature*“ (2011) habe ich mich vertieft mit dem Thema von Landschaften bzw. „inneren und äußeren Reisens“ auseinander gesetzt. Weitere inhaltliche Schwerpunkte – um das weiterführende Interesse von LeserInnen zu wecken :) - sind:

- Schnittstellen von Wildnis/Natur/Kultur
- Reisen z.B. in der Natur/Wildnis als rites de passage im Sinn eines transformative Entwicklungsimpulses
- Mythologie und Archetypen in ihrem Bezug zu Reisen als Transformationsprozess
- Erfahrungen von Stille und Bewegungslosigkeit auf Reisen als schöpferische und/oder entwicklungsfördernde Momente
- Dimensionen und Wirkpotential von Grenzlandschaften⁵⁰

Der Inhalt dieser Arbeit, der mir nur so aus den Fingern zu rinnen schien, entstammt der enge zeitlichen und thematisch-methodischen Nähe des Seminars „Ecopsychology – Roots to Change“ am Schumacher College in Devon/UK und der Weiterbildung „Kreativ-rituelle Prozessgestaltung nach Plano Alto“.

Why does it always rain on me? Emotionen und Projektionen

50 Bernstein, 2005 In: Pürgy, 2011, S. 6

Alle drei Schulen bewegen sich bzw. suchen als Wirkraum häufig die frei Natur auf. Gleichesmaßen, und meines Erachtens ähnlichen Motiven, betonen sie die Verbundenheit und den Respekt indem eine Haltung eingenommen wird, der der Natur das gleiche Recht auf Achtsamkeit eingeräumt wird, wie den Menschen, die sich darin eingebettet bewegen. Damit grenzen sich KRPG, ADWV und NCA von der in der klassischen Erlebnis-, Freizeit- und Sportpädagogik spürbaren Haltung der „Nützung“ von Naturräumen als reine Ressource im Dienste des Menschen ab.

Ich erläutere das in diesem Kontext, da die achtsame Haltung gegenüber allen und allem m.E. einen Grundstein dafür legt, dass es den TeilnehmerInnen möglich wird, ihre persönliche d.h. subjektive Bedeutung, aber auch eine generelle Bewusstheit über die Wurzeln und Mechanismen von Dualitäten zu erlangen (z.B. eine Situation ist nicht notwendigerweise entweder „angenehm“ oder „unangenehm“). Die Erfahrung des vielfältigen Spektrums an Qualitäten zwischen diesen Polen bietet Ausgangspunkte für einen aufrichtigen, in sich selbst gefestigten, und daher tragfähigen Veränderungs- und/oder Heilungsprozess - weitere Entwicklungsschritte können selbstbestimmt darauf aufbauen.

Zu diesen Erfahrungen gehören neben positiven Momenten des Gelingens, des Weiterkommens und der Verbundenheit auch herausfordernde Gefühle wie Schmerz, Blockaden, Abwehrverhalten und das Schlüsselerlebnis, dass unsere Handlungsmuster einen oder mehrere (sehr häufig in uns selbst liegende) Ursprünge haben.

Der unüberlegt gebrauchte Spruch – landläufig zur Erklärung warum jemandem etwas widerfährt „Wie man in den Wald hinein ruft, so hallt es wider.“ fällt mir da relativ schnell ein. Als Kind meiner Kultur kommt er mir leicht über die Lippen, trotzdem halte ich es für zu kurz gegriffen. Ich höre in dem Zitat zwar das Gesetz der Resonanz, aber vermittelt es nicht eine Art Schuldzuweisung an den/die Erlebende(n) á la „da wird schon was von dir beigetragen worden sein“. Aber auch wenn es um die Sonnenseiten des Lebens geht – Reichtum, Erfolg, Beliebtheit sind nur teilweise auf die positiven Inputs von ProtagonistInnen zurückzuführen; unser kapitalistisches Zeitalter hält uns genügend passende Beispiele vor Augen. Daher bin ich der Ansicht, dass es der Komplexität des Lebens nicht wirklich gerecht wäre solche Zusammenhänge zu vermitteln. Auch wenn der „Volksmund“ ein Körnchen Wahrheit vermittelt, so neigt er doch gelegentlich zum Plappern! Denn natürlich macht der Wald Geräusch (wenn wir bei diesem Bild bleiben), ganz unabhängig von uns. Insofern geht es mehr darum, wie reagiere ich, wenn ich den Wald rufen höre? Wie interpretiere ich die Welt und das was „mir widerfährt“?

Diesen Fragen widmen sich KRPG, ADWV und NCA. Meiner Interpretation nach herrscht eine Art Konsens darüber, dass die Situationen in denen sich Einzelpersonen, sowie unsere gesellschaftlichen Kollektive, aber auch der gesamte Planet befinden, von uns Menschen wesentlich mitverantwortet werden U.A. geht es in der Entwicklungsarbeit der o.g. darum, das „Hier und Jetzt“ wahrzunehmen, anzuerkennen und den eigenen Bezug dazu auszuloten. Selbstverständlich gehört da die Konfrontation mit den eigenen Gefühlen und Umgängen zu den wesentlichen Bestandteilen.

Ziel ist es aber nicht in der Analyse darüber zu verweilen – überhaupt ist die „Zerlegung“ (und das ist ja die Analyse) ein eher vermiedenes Terrain, sondern die Methoden widmen sich der Aktion statt der Reaktion;

Margret Kerr & David Key (2010) zur Wirkung von Wildnisarbeit: „*Previously frozen self-constructs can start to thaw, and the possibility of transformation and greater authenticity naturally arises. It is here that we can experience a wider, deeper reality*

*where phenomena that we have never encountered before emerge and present themselves to our conscious mind.*⁵¹

Nicht immer ist die verbale Kommunikation das Mittel der Wahl, wenn es um Entwicklung und Lernen geht und trotzdem kann sich aus nicht oder schwer verbalisierbaren Prozesserfahrungen ein neuer Bezug zu Sprache und Ausdrucksfähigkeit ergeben, so Key: „*We know that it works when the language starts to change.*“⁵²

An der Hecke wirken - TrainerInnen, Facilitator und BegleiterInnen als zeitgenössische „Hagazussas“

Was ist denn nun genau das, was wir denn da eigentlich tun und mit welchen Mitteln und Haltungen erzeugen Menschen, die *Kreativ-rituellen Prozessgestaltung*, der *Arbeit, die wieder verbindet* oder dem *Natural Change Approach* anwenden, eine wirksame und stimmige (Erwachsenen-)Pädagogik betreiben?

Systemische Entwicklungs- und WandlungsbegleiterInnen verkörpern und wirken dadurch, dass sie neben konkreten Erfahrungen auch sinnlich erfassbare Räume der Transzendenz öffnen, gestalten und halten. Transzendenz beschreibt für mich in diesem Zusammenhang, nicht unbedingt eine spirituell Dimension, sondern steht für Felder, in denen es gelingen kann Lernerfahrungen zu machen und diese so zu erfassen, dass sie auch in Momente wirksam werden, die sich tlw. massiv vom systemischen kreativ-rituellen Erlebnissetting unterscheiden.

So wird es den sich daran beteiligenden Menschen möglichen kostbare Erfahrungen, Wissen, Bewusstsein und Erinnerungen über sich selbst, andere, aber auch über das Eigene und Vereinzelte hinausgehende (Transpersonales) - wie kostbare Perlen und Schätze - zu bergen.

TrainerInnen und BegleiterInnen, die im Methodenspektrum von KRPG, ADWV und NCA beheimatet sind, teilen meiner Beobachtung nach einige wesentlich Haltungen und Rollenbilder. Die Balance zwischen klar geplanten sowie exakt ausgeführten Übungsanleitungen und spontan-assoziativen Begleitung von tlw. sehr persönlichen Lernschritten ist eine der Königsdisziplinen. Indem diese beiden Rollen – strukturierende Klarheit & fließende Intuition – achtsam miteinander verwoben werden können sich bedeutsamen Erkenntnis- und (wenn gewünscht) Offenbarungswege entwickeln. Stark verankerte sowie alternative Handlungs- und Denkweisen können in einem nicht-wertenden Umfeld und bei entsprechender Kommunikation als solche in Erscheinung treten und brauchen nicht (unbedingt) mühsam versteckt werden.

Zur Kommunikation: Obwohl viele Methoden aus KRPG, NCA und ADWV mit Verbalisierung arbeiten, ist das Spektrum was alles als Kommunikation wahrgenommen wird, enorm vielfältig z.B. Handlungen, Skulpturen, ausgewählte Orte für kreative, rituelle, naturorientierte oder szenische Arbeiten – wie Watzlawik es gesagt hatte, es ist nicht möglich nicht zu kommunizieren. Die Fähigkeit das Kommunierte zu beobachten, zu beschreiben, aber nicht automatisch (und gerade das was von anderen sichtbar wird) zu interpretieren, gilt allen drei Wegen als Fundament selbstbestimmtes Wachsen zu begleiten.

Ein – so finde ich – fruchtbare Fokus ist auch die Wahrnehmung davon „*where do you/I/we talk from*“. Damit gemeint ist, aus welchem Wesensanteil seiner/ihrer selbst heraus, eine Äußerung stammt. Um diese Sensitivität zu entwickeln, halte ich es für uns TrainerInnen und WandlungsarbeiterInnen unverzichtbar intensiv

51 Kerr & Key 2010:3 In: Snyder 1990

52 Session 2/3 – Week 3, Ecopsychology: Roots to Change, 22.3.2011

und tief auch mit Stille bzw. Schweigen in Kontakt zu treten. Dementsprechend häufig bieten Aus- und Weiterbildungen wie KRPG, ADWV und NCA Solo- und Schweigemodule.

Gerade in und an Grenzgebieten – egal ob Natur, Wildnis, Kultur, Körper, Psyche, Geist und Seele – erwartet die ProtagonistInnen und die BegleiterInnen spannendes und lohnenswertes Terrain. Die Entdeckung und Beheimatung in persönlichen Komfortzonen ist uns ebenso ein Anliegen wie das (An)Erkennen und die jeweils individuell angemessene Bewältigung und/oder Umrundung von Risikobereichen und Gratwanderungen. Sehr oft gilt es in unserer Arbeit diese Räume und deren Grenzen symbolisch und real sichtbar sein zu lassen. Und während sich Atmosphären und Geschichten verdichten sind wir vor Ort und achten darauf, „soviel als nötig und so wenig wie möglich“ diese aus sich selbst heraus entstehenden Prozesse zu begleiten.

Ein Bild das in mir sehr lebendig ist, zeichnet eine Verbindung zwischen unserer Rolle als ProzessgestalterInnen und BegleiterInnen und der Zaunreiterin, der Hagazussa. An der Schwelle zwischen dem Bekannten (Dorf/Alltag) und der unwirtlichen Fremde (Wildnis/Wildnis) ist ihr Wirkraum. Hier hält sie einen Zwischenraum in dem Menschen tiefe Begegnungen und Wandlungen erleben können. Sie drängt sich nicht auf – ist eher in der abwartenden Position – aber auf die (im Märchen meist dreimalige) Anrede/Frage hin öffnet sich durch die Aktion von Held/Heldin unter ihrem bezeugenden Auge ein Tor und entlässt hinein in das Abenteuer eines Initiations- und Entwicklungsprozesses.

Resümee

„Kreativ-rituelle Prozessgestaltung“, „Arbeit, die wieder verbindet“ und „Natural Change Approach“ verkörpern meiner Auffassung nach sehr ähnliche Methoden und Haltungen um Menschen bzw. Gruppen im Wachsen zu begleiten.

Schlagworte und Eigenschaften, die auf sie zutreffen sind zusammenfassend folgende:

- *Systemisch*
- *Ganzheitlich*
- *Bildhaft*
- *Begleitend*
- *Kommunikativ*
- *Verbündlich*
- *Lebendig*

Im Titel WURZELWERK, NATURARBEIT & FLÜGELSCHMIEDE habe ich eigentlich mein Resümee bereits zum Ausdruck gebracht.

KRPG, ADWV und NCA Sie kümmern sich um die Wurzeln, also wie und woraus etwas entstanden ist; sie widmen sich der jeweils einzigartigen Natur – d.h. Art – einer Person, eines Themas etc. und wollen dies ohne Beurteilung und Bewertung tun; und haben sich den Auftrag gewählt die Zukunft zu aktiv zu gestalten im Sinne von Selbstbestimmung, Achtsamkeit und Offenheit.

Ein Satz der hier abschließend stehen möchte, weil er die wesentlichste Gemeinsamkeit zum Ausdruck bringt und gleichermaßen für Mensch und Natur als Einzelnes und als Kollektiv heilsam ist:

Handle immer dergestalt, dass sich die Art und Anzahl deiner Handlungsmöglichkeiten erweitern!

Literatur & Quellen:

- Bernstein, Jerome S. (2005). Living in the Borderland. The Evolution of Consciousness and the Challenge of Healing Trauma. New York: Routledge.
- Chopich, Erika J. & Paul, Margaret (1993/24). Aussöhnung mit dem inneren Kind. Freiburg: Verlag Hermann Bauer.
- Goodwin, Brian (2007). Nature's Due. Healing our Fragmented Culture. Edinburgh: Floris Books.
- Gottwald, Franz-Theo, Andrea Klepsch (1999). Tiefenökologie. Wie wir in Zukunft leben wollen. Diederichs
- Harding, Stephan (2006/2). Animate Earth. Science, Intuition and Gaia. Totnes: Green Books.
- Hüther, Gerald (2009/5). Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hyde, Lewis (1998). Trickster makes this world. Mischief, Myth and Art. New York: North Point Press.
- Kerr, Margaret & Key, David (2010). The Ecology of the Unconscious. Article handed out.
- Kreszmeier, Astrid Habiba & Hufenus, Hans-Peter J. Wagnisse des Lernens. Aus der Praxis der kreativ-rituellen Prozessgestaltung. Bern, Stuttgart, Wien: Haupt Verlag.
- Kumar, Satish (20002). No Destination. Autobiography of an Earth Pilgrim. Totnes: Green Book.
- Lindenthaler, Christine & Hansjörg (2012). Natur als Partnerin. Systemische Prozessbegleitung in psychosozialen Handlungsfeldern. München: Buch & Media GmbH.
- Macy, Joanna, Molly Young-Brown (2003). Die Reise ins Lebendige Leben. Strategien zum Aufbau einer zukunftsfähigen Welt. Jungermann.
- May, Rollo (1991). The Cry for Myth. New York: Dell Publishing.
- Nelson, William Allan (Ed.) (19342). Webster's New Dictionary of the English. London: G.Bell & Sons, Ltd.
- Plotkin, Bill (2008). Nature and the Human Soul. Cultivating a Wholeness and Community in a Fragmented World. Novato/California: New World Library.
- Roszak, Theodore (Ed.) (1995). Ecopsychology. Restoring the Earth. Healing the Mind. San Francisco: Sierra Club Books.