

# Bedürfnismanagement

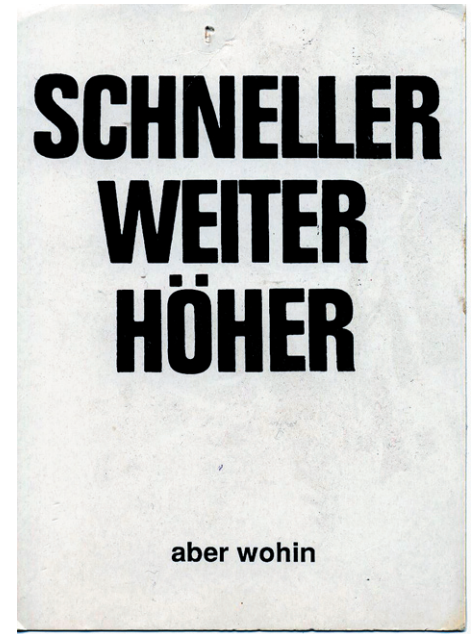
ein Weiterbildungsbericht

## Einleitung

Reformen, das Formulieren von neuen Zielen und Evaluationen, lassen auf Bedürfnisse und Mängel als Ursache schliessen. Wenn sich eine Institution wie die Schule zunehmend fast ausschliesslich mit Reformen und Evaluationen befasst, liegt die Vermutung nahe, dass sich die Schule tief verunsichert und bedrohlich mangelhaft vorkommt.

Bei mir im Büro hängt eine Postkarte, Serie „DENK-ZETTEL“ von einem Joseph W. Huber, 1982, die das Bedürfnis der heutigen Zeit auf den Punkt bringt: schneller, weiter, höher - sei es nun nur lineares Wachstum oder sogar exponentieller Fortschritt.

Solange es um messbares Wachstum oder um Fortschritt geht, ist schnell evaluiert: Es gibt entweder mehr von etwas oder man steht nicht mehr am gleichen Ort - und diese Feststellungen scheinen immer beruhigend zu sein.



Wie ich als Mitglied der Q-Gruppe Evaluation an unserer Schule feststellen konnte, ist das Formulieren von Zielen eine grosse Schwierigkeit, nicht nur für Lehrpersonen, sondern vor allem für Schulleitungen, Schulratsmitglieder und Politiker. Ich erinnere mich sogar daran, dass Ziele bei einer schulinternen Weiterbildung als Fragen formuliert wurden, was darauf hindeutet, dass ein Konsens über Bedürfnisse, den Sinn der Entwicklung und die Richtung, wohin sie geht, abhanden gekommen ist.

Zufall ist das, was einem zufällt. Zufälligerweise wird meine Weiterbildung, für die ich von den Behörden Urlaub erhalten habe, von zwei weiteren Veranstaltungen flankiert. Diese haben einen so offensichtlichen Zusammenhang darin, das „SCHNELLER-WEITER-HÖHER“ in Frage zu stellen, dass ich mich entschlossen habe, alle drei in diesen Bericht auf zu nehmen, obschon die Konzepte vordergründig nur schwer einen Vergleich zulassen.

Der Bericht umfasst:

- Einen Überblick über drei Konzepte, die in den drei Weiterbildungsanlässen wesentlich sind.
- Die Zusammenfassung eines Vortrages zum Burn-out-Syndrom vom 12.11.2010 mit Kommentar.
- Die Zusammenfassung der schamanischen Weiterbildung „Reunion“ vom 28.11. - 3.12. 2010 mit Kommentar.
- Die Zusammenfassung einer Weiterbildungsveranstaltung „Synergie-Coaching“ vom 3.12. - 5.12. 2010 mit Kommentar.
- Schlussbemerkung

# Konzepte

## Psychologie

Psychologie als die Lehre von der Psyche oder Seele geht davon aus, dass irgend etwas weitgehend Unbekanntes (Psyche) in uns selber verantwortlich dafür ist, wie wir die Umwelt wahrnehmen und wie wir uns darin verhalten. C. G. Jung hat dieses Unbekannte einerseits als ein individuelles und andererseits als ein kollektives Unbewusstes definiert. Entwicklung besteht darin, sich des Unbewussten zunehmend bewusster zu werden. Erste Instanz dabei und massgebende Stimme ist das Selbst, der innere alte weise Mensch, den Jung auch Persönlichkeit Nr.2 genannt hat. Ziel ist, sich über die Normen und Wertvorstellungen anderer (z.B. der Eltern) hinwegzusetzen und zu eigenen Normen und Werten zu finden.

## Schamanismus

Unter Schamanismus wird unter anderem die Fähigkeit verstanden, aus dem Körper aus zu treten und in anderen Bewusstseinszuständen in Welten jenseits der realen Welt ein zu treten und dort mit Geistern oder Kräften zusammen zu arbeiten und zu wirken. Ziel des Individuums, des Schamanen, ist es, diese Fähigkeit der Zusammenarbeit zu entwickeln und für das Wohl der Gemeinschaft zu verwenden. Wesentlich für die Fähigkeit, den Körper zu verlassen, sind unterschiedliche Techniken der Aufmerksamkeit, Meditation, Trance, des Traumes oder der Extase. Wesentlich für die Zusammenarbeit mit den Kräften ist das Wahrnehmen, Bewusstwerden und Harmonisieren dieser Kräfte.

## Synergie-Aufstellung

Bei systemischen Aufstellungen wird das Phänomen beobachtet, dass Individuen als Stellvertreter, die nicht primär dem aufgestellten System angehören, dennoch Zugang zum Wissensfeld des Systems erhalten, indem sie auf einen bestimmten Platz im Raum gestellt werden. Den Stellvertretern wird die Fähigkeit zugeschrieben, die seelische Wirklichkeit des betrachteten Systems wahrheitsgetreu abzubilden. Das Morphogenetische Feld als theoretisches Erklärungsmodell wird auf Fachkongressen erörtert, ist aber selbst ein wissenschaftlich umstrittenes Konzept. Bei der Synergie-Aufstellung nach Hans Hein wird der Aufstellung ein tetraederförmiges Modell zu Grunde gelegt, welches die Bestandteile „Handeln“, „Fühlen“, „Inspiration“ und „Struktur“ beinhaltet. (<http://www.forumsynergie.de>)

Neben all den vielen theoretischen Details unterscheiden sich die drei Konzepte ganz einfach dadurch, dass Unbekanntes

- im Innern, in der Energie der eigenen Seele
- durch Austreten aus dem eigenen Körper in Energien ausserhalb des Körpers
- durch Eintreten des Körpers an einen neuen Ort mit anderer Energie erfahren wird.

Was alle drei Konzepte gemeinsam haben, ist das Vorhandensein einer dualen Struktur: Leib - Seele, kausale Welt - nichtalltägliche Wirklichkeit, Materie - Feld, Phänomenal - Noumenal (mit den Sinnen wahrnehmbar - mit dem Geist wahrnehmbar). Diese duale Struktur lässt sich durch alle Zeiten, Kulturen und Religionen verfolgen. Das lässt den Schluss zu, dass Menschsein ausschliesslich nur in dieser Struktur möglich ist oder dass Menschsein ausserhalb dieser dualen Struktur Schaden nimmt. Der alltäglichen kausalen Welt gehört das „SCHNELLER - WEITER - HÖHER“, die nichtalltägliche Wirklichkeit bestimmt das „ABER WO HIN“.

Unter diesen Aspekten werde ich im Folgenden in der linken Spalte über die drei Anlässe berichten.

Die rechte Spalte enthält Ergänzungen, Querverbindungen und eigene Gedanken.

# „Nimm alles von mir, was mich hindert zu dir“

Tiefenpsychologische Überlegungen zum Burn-out-Syndrom

Vortrag von PD Dr. med. Rolf Inderbitzi

22.11.2010 in der Psychologischen Gesellschaft Basel

## **Einführung auf der Einladung zum Vortrag**

*Gemeinhin wird mit dem Begriff „Burn-out“ die Überforderung des einzelnen Menschen gegenüber den vielfältigen, äusseren Aufgaben des Lebens verstanden. Der Betroffene selbst sieht sich dabei mit Ungenügen und Versagen konfrontiert, was zusätzlich belastende Schamgefühle hervorruft.*

*Dieses Verständnis des Burn-out-Syndroms weist auf die heute vorherrschende, extrovertierte Weltsicht hin: der Einzelne wird darin an von aussen an ihn herangetragenen Aufgaben gemessen, sein Wert definiert sich von aussen nach innen.*

*Die tiefenpsychologische Betrachtungsweise dieses Krankheitsbildes führt uns hingegen zu der von Jung häufig erwähnten Persönlichkeit Nummer Zwei in uns. Deren Missachtung hat ein Abfliessen der Lebensenergie ins Innere, das heisst ins Unbewusste zur Folge. Dort formieren sich Kräfte, die aussen destruktiv wirken können. Da unsere Nummer Zwei innig mit der physiologischen Seele-Soma-Einheit verbunden ist, äussert sich das Burn-out, das „Ausgebranntsein“, vor allem initial somatisch. Die Burn-out-Problematik ist unzureichend beschrieben ohne Berücksichtigung des kollektiven Aspekts. Die kollektive Befindlichkeit, welche mit dem Begriff „Political correctness“ umschrieben wird, ist am Geschehen als treibende Kraft ursächlich beteiligt, da diese Eigenschaften fordert, welcher unserer Nummer Zwei völlig fremd sind.*

Definition nach Brockhaus: Ausgebrannte Menschen, deren inneres Feuer auf Grund von zu wenig Brennstoff ausgebrannt ist.

Die Ursachen für ein Burn-out werden ganz klar als von aussen kommend definiert. Aufopferungsvolle, pflichtbewusste und engagierte HelferInnen werden zu reizbaren und zynischen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen mit physischer und psychischer Erschöpfung. Das geschieht, wenn die Bewältigungskompetenz kleiner als der Anforderungsdruck wird und zu Leiden führt.

Die Krankheit entwickelt sich prozesshaft mit dem

Im letzten halben Jahr sind mir zwei bekannte Kolleginnen mit medizinisch diagnostiziertem Burn-out begegnet und das untenstehende Zitat zeigt, wie gravierend die Gefahr ist:

Wie der Direktor der Zürcher Schulgesundheitsdienste, Daniel Frey, gestern vor den Medien sagte, leiden in der Stadt Zürich mindestens 10 Prozent der Lehrerinnen und Lehrer an Burn-out-Symptomen – konservativ geschätzt. In aktuellen Untersuchungen ist teilweise gar von bis zu 30 Prozent ausgebrannten Lehrpersonen die Rede. Bei 10 Prozent Betroffenen leiden allein in der Stadt Zürich gegen 300 Lehr- oder Betreuungspersonen unter Burn-out. Sie sind für rund 5000 Kinder und Jugendliche verantwortlich.

<http://www.tagesanzeiger.ch/>

Von Daniel Schneebeili. Aktualisiert am 30.06.2010

Umso erstaunlicher ist, dass es um die Arbeitsbelastung der Klassenlehrpersonen seit der Evaluation an der Schule so ruhig geworden ist. Ob da wohl die weiter unten angeführte Verdrängung verantwortlich ist?

Resultat, dass die Stressregulationsmechanismen im Körper, im vegetativen Nervensystem, aufhören zu funktionieren. Begleitet wird das Burn-out immer von einer tiefen Depression.

### **Die Ursachen liegen in**

- der globalisierten Gesellschaft
- der Verwischung der notwendigen Grenzen
- Dauerdruck am Arbeitsplatz und anderswo

### **Was fehlt dem Kranken:**

- Anerkennung durch Vorgesetzte
- Wertschätzung mittels ausreichender Entlohnung
- Einbezug in die täglichen Informationsabläufe
- Durchschaubarkeit der Arbeit
- Gestaltungsspielraum
- Möglichkeit zu Eigenleistungen
- Möglichkeit zur Teamarbeit
- **ein ungestillter seelischer Hunger**

Das Burn-out hat einen individuellen und einen kollektiven Aspekt. Der kollektive Aspekt ist vorherrschend und wirkt auf das individuelle Erleben des Patienten ein.

Mit der Diagnose stellt sich ein interessantes kollektives Verhalten ein.

- die Diagnose dient der umfassenden Beruhigung der gesamten Umgebung: „Zum Glück nur ein Burn-out, das kann alle treffen.“
- der Betroffene gilt als psychisch gesund
- er hat mit grossem Engagement gearbeitet
- mit gemeinsamer Kraft wird dann seine Reintegration an die Hand genommen.

Das Kollektiv hat somit Verdrängung, Projektion und Agitation als Lösung. Die Seele nehmen viele höchstens als Hypothese an und bemerken dabei nicht, dass sie durch die rationale positivistische Einstellung geschädigt wird. Wir nehmen uns mit dieser Einstellung heraus aus dem „Grossen Kreislauf“ der alles Leben ordnet.

„Ich weiß nicht – unsere Art ist anders als Eure. Der Anblick Eurer Städte schmerzt die Augen des roten Mannes. Vielleicht, weil der rote Mann ein Wilder ist und nicht versteht. Es gibt keine Stille in den Städten der Weißen. Keinen Ort, um das Entfalten der Blätter im Frühling zu hören oder das Summen der Insekten.“ Das sagt Häuptling Seattle in der Rede an den Präsidenten der Vereinigten Staaten von Amerika im Jahre 1885.

Harmos ist eine Globalisierung im Kleinen. Es ist schon jetzt klar, dass damit der Dauerdruck am Arbeitsplatz zunehmen wird, und das mit Ideologien, (alle Kantone haben das System 6-3), die für keine Lehrperson sinnvoll sind.

Wie die Evaluation gezeigt hat, sind die Grenzen der Arbeit von Klassenlehrpersonen nicht nur verwischt, sondern uferlos.

Weiterbildungen, wie die später aufgeführten und beschriebenen, dienen vor allem dazu, diesen seelischen Hunger zu stillen.

Sie sind, wenn auch nur bruchstückhaft, eine Annäherung an das Weltbild der Indianer, wie es im Vortrag zitiert wird. Das eine Ritual im Schamanismusseminar, „shaking tent“, hat einen direkten Bezug zu den Indianern.

Die Stille wurde im „Bei-sich-bleiben“ (mit der Augenbinde am Morgen bis zum Arbeitsbeginn) und in der Meditation täglich gepflegt.

Unsere Kultur hat sich längstens aus den zyklischen Kreisläufen des Lebens verabschiedet und lebt verbissen ein lineares Wachstum. Der Einzelne wird an von aussen an ihn herangetragenen Aufgaben gemessen. Seit Wert definiert sich systematisch von aussen nach innen. Der einseitige Blick sucht nur nach den harten Fakten, die ein Innehalten verunmöglichen.

Der Brennstoff, der da geopfert wird, ist nichts anderes als die von Jung beschriebene Persönlichkeit Nummer Zwei, die Lebensfreude oder der Innere Mensch. Die Auslöschung dieser Persönlichkeit dient der perfekt ausgestalteten Welt mit ihrer allgemeinen Gier.

Dagegen ist der Eigensinn, die Einmaligkeit und Knorrigkeit, das unangepasste Widerborstige, eine der bewundernswertesten Leistungen der Natur im Kontext der Menschwerdung. Diese Seite von uns benötigt allerdings Zeit. Politische Korrektheit ist sehr oft Gift für sie.

Historisch wird schon seit dem 11. Jahrhundert Naturwissenschaft und Glaube gegeneinander abgewogen und ausgespielt. Positiverweise entwickelten sich dadurch wissenschaftliche Neugier, Logik und Sicherheit, negativerweise ein Vakuum im Seelischen und mangelnde Antworten auf Seinsgründe.

Nur noch alte Geschichten, Lieder, Sagen und Märchen erzählen vom Aufgehobensein in der Natur und lassen im Innern eine tiefe Sehnsucht danach entstehen. Wir leiden am gebrochenen Verhältnis zur Natur in und um uns.

Es gibt also eine Kerze, die an zwei Enden brennt, aussen für die harten Anforderungen des Alltags, innen für die Sehnsucht nach religiöser, naturhafter Geborgenheit. Berühren sich die beiden Enden, ist die Kerze ausgebrannt.

Jung verdanken wir erstens eine präzise Anatomie der Seele und zweitens die Rückverbindung der Seele mit dem Unbewussten. Beide Bereiche sind für das Verständnis des Burn-outs sehr wertvoll. Individuelles und Kollektives sind innig miteinander verflochten.

Unsere Zeit lehnt das Transzendente, das Numinose, ab. Ihr fehlt die Qualität der Religio, das Tragende, der Sinn. Offenes oder heimliches statistisches Denken verdrängt die Hoffnung, statt dass es trägt.

Das Stück **HABGIER** von Theater Elch (<http://theaterelch.ch/>) zeigt auf eindrückliche Weise, wie systematisch und schleichend dieses Menschenbild entwickelt wurde. Auf ihrer Homepage schreiben sie:

*„Wir wollen zeigen, dass die gesellschaftliche Gewalttätigkeit ihren Ursprung in einem katastrophalen Menschenbild hat, das seit Jahrhunderten widerspruchlos hingenommen wird, dass nämlich der Mensch des Menschen Wolf sei, und in einer säkularisierten Religion namens „der Markt“, die uns von unerbittlichen Zuchtmeistern wie Milton Friedman eingebleut wird: „Wir müssen den Leuten das System einhämmern, bis sie an nichts mehr anderes glauben“. Nun, wir wollen etwas anderes einhämmern. Nämlich, dass das die Hölle ist.“* Damals veröffentlichte und im Theater verwendete Zitate:

*„Lasst fahren dahin Haus, Weib und Kind, s'ist kein Gewinn.“ (Martin Luther 1483-1546)*

*„Die Menschen wachsen gleichsam wie Champignons aus der Erde hervor, ohne dass einer dem anderen verpflichtet wäre.“ (Thomas Hobbes 1588-1679)*

*„Ein grosses Kapital wächst bei kleinem Profit rascher als ein kleines Kapital bei grossem Profit.“ (Adam Smith 1723-1790)*

*„Zur besseren Kontrolle der Öffentlichkeit schlage ich vor, jeden Bürger zwangsweise und ohne Ausnahme mit einer Nummer oder einem nur für die einzelne Person gültigen Namen zu tätowieren.“ (Jeremy Bentham 1748-1832)*

*„Der Staat ist die grosse Fiktion, nach der sich jedermann bemüht, auf Kosten jedermanns zu leben.“ (Frédéric Bastiat 1801-1850)*

*„Man darf nicht mitleidig sein, wenn man Wirtschaftsmenschen erziehen will!“ (Friedrich Naumann 1860-1919)*

*„ES GIBT NICHTS UMSONST“ (Milton Friedman 1912)*

Welche Wertehierarchie ist wohl in den Visionen der Sekundarschule Muttenz gemeint, wenn da steht: „Wirtschaft:

Die Sekundarschule Muttenz vermittelt die erforderlichen Schlüsselqualifikationen nach der anerkannten Wertehierarchie um in der Berufswelt bestehen zu können.“

Wie weit eine Evaluation, die dem statistischen Denken verpflichtet ist, für die Bedürfnisse förderlich ist, ist aus diesem Blickwinkel äusserst fragwürdig.

Wie krank das System beim Burn-out-Patienten ist, zeigt die permanente Störung der sogenannten Herzratenvariabilität. Damit gemeint ist ein variabler Puls, der auf die Belastung der Umwelt abgestimmt ist. Dieser variable Puls, zusammen mit einer Kohärenz zwischen Atmung und Herzfrequenz, erhält gesund und verlängert die Lebensdauer. Um diese Kohärenz zu erreichen, gibt es viele Möglichkeiten, z.B. Atemübungen.

Obschon Introversion von einem US-Compendium als Krankheit definiert wird, ist sie genau das Heilmittel oder die Prophylaxe bei Burn-out. Sinnsuche ist nicht aktiv zu tun - ursprüngliche Völker kennen das nicht.

Die Umwelt, d.h. der kollektive Aspekt, kann nur erkannt, aber nicht kurzfristig geändert werden. Es ist aber eine kollektive Aufgabe, das Wertesystem des linearen Wachstums zu ändern.

Von den USA ausgehend werden in den letzten Jahren zunehmend Forschungen unternommen um festzustellen, inwieweit Kohärenz von Herz und Atmung trainierbar ist, und welche Therapieerfolge mit unterschiedlichen Settings erreicht werden können. Dabei werden Biofeedback-Techniken eingesetzt und in verschiedenen Variationen das emotionale Erleben der Trainees zusätzlich oder alternativ gezielt zu beeinflussen gesucht. Dabei werden spezielle musikalische Kompositionen eingesetzt, Atemtechniken, Achtsamkeitsübungen, Tranceinduktionen oder gelenkte Imaginationen mit Konzentration auf Herz und Atmung in Verbindung mit der Aktivierung besonders positiver, etwa liebevoller Reaktionen. (<http://de.wikipedia.org/wiki/Herzfrequenzvariabilit%C3%A4t>)

Diese Settings entsprechen, wie untenstehend zusammengefasst wird, dem Programm der TAOB Intensiv-Weiterbildung.

# TAOB Intensiv-Weiterbildung

5. Treffen, Reunion IWB I-IV,

Dr. Carlo Zumstein

28. November - 3. Dezember 2010,

Kientalerhof Kiental

## I. Abend und Nachmittag

„Wecke alle Zweifel, hier zu sein und bereue gründlich. Tue es so gründlich, dass du spürst, dass du Angst hast. Und tritt dann vor deinem Feuer die Entscheidung, hier zu sein, oder geh wieder heim.“ Mit diesen Worten hat Carlo das Seminar am Sonntag Abend eröffnet.

Wir werden eingeladen, unsere bisherigen Erfahrungen, Ansichten und Kosmologien zum Schamanismus in dieser Woche gründlich zu überdenken und hinter uns zu lassen - der mythologische Schamanismus soll einem rein energetischen Schamanismus weichen. Kraftobjekte und Krafttiere sind zu verabschieden. Der Kraftplatz, früher ein Ort des Rückzuges und der Einsamkeit in der Natur, soll durch das Streuen im Dorf abgelöst werden, bei dem die Energien aufmerksam beachtet werden.

Wie in den Seminaren I - IV werden Stämme gebildet. Wir gehen herum mit der Absicht, uns mit schon bekannten wie auch noch unbekannt Menschen neu in 4 Gruppen von 5 oder 6 Personen zusammen zu finden, im Wissen darum, dass während der ganzen Woche diese Gruppe intensiv und intim zusammen arbeitet. Der Stamm soll für sich als erstes gemeinsames Ziel einen Namen suchen - „jetzt geht das wieder los“, bemerkt jemand von uns - und das wird sogleich unser Stammesname.

In jedem Stamm wird jemand gewählt, der am nächsten Morgen die Traumkraft der Nacht tanzt.

Am nächsten Tag sollen alle ein gewöhnliches Besteck, entweder Löffel, Gabel, Kaffeelöffel oder Messer, mitbringen.

Am Montag Nachmittag findet dann ein Austausch zu den bis jetzt gemachten Erfahrungen, den Wünschen an das Seminar und der neuen Betrachtungsweise des Schamanismus statt.

Der Name „Schamanismus“ ist in die 2. Reihe gerückt und bedarf einer Neuformulierung in Richtung des ostasiatischen Tao. Es soll eine Kosmolo-

Angst ist die Hüterin der Schwelle. Ich stelle immer wieder im Unterricht fest, dass die Kinder und Jugendlichen das sofort begreifen, wenn ich sie darauf aufmerksam mache. Die Angst vor der Maschine im Werkunterricht ist eine gute Sache, denn sie macht auf die Gefahr aufmerksam. Wirklich gefährlich wird die Maschine erst, wenn die Angst wegbleibt und der Respekt fehlt.

Im Seminar ist für mich die Angst die Hüterin der Schwelle zwischen dem linearen Wachstum des Alltags und den beschriebenen Settings (musikalische Kompositionen, Atemtechniken, Achtsamkeitsübungen, Tranceinduktionen).

Ich habe mich in den letzten Jahren mit so vielen und unterschiedlichen Konzepten und Kosmologien befasst, dass sie mir zunehmend gleichgültig werden. Leider sind Schulpolitiker noch weit von dieser Einsicht entfernt. Ich habe vor Jahren einmal einen Protest und ein verständnisloses Kopfschütteln von W. P. Lukas geerntet, als ich behauptet habe, ich würde nach der Einführung eines neuen Bildungsgesetzes meinen Unterricht genau gleich gestalten. Bei der Einführung des ersten obligatorischen Lehrmittels in BG habe ich gestaunt, dass mein 25-jähriger Unterricht „Tierzeichnen im Zoo mit anschließendem Linolschnitt“ nun „modern“ ist.

Der Stamm als Gemeinschaft für gemeinsames Arbeiten kann für unsere Schule Modellcharakter (Hinterzweien, Gründen, Margelacker) haben. Die Energien, die im einen Stamm sichtbar werden, werden sich von den Energien der anderen Stämme immer unterscheiden.

Interessant in diesem Zusammenhang ist das Buch von Hans-Peter Dürr: „Warum es ums Ganze geht“. Der Schüler von Heisenberg und ehemalige Direk-

gie gefunden werden, die so offen wie möglich ist und die auf den physikalischen Grundkräften, Licht, Schwingung, Ton, beruht. Diese physikalischen Kräfte können wieder in eine Wesensform gelangen, z.B. in ein Kraftobjekt, aber auf eine neue ganz spielerische Art und Weise.

Im Gegensatz zur Psychologie - alles ist in mir - gibt es ausserhalb von mir auch Energie. Ich bin der Träumer und ich werde geträumt. Alles ist ein Spiel zwischen noch nicht erfahrener und schon erfahrener Energie oder einer unsichtbaren und sichtbaren Welt.

Heilung in der Mitte zwischen krank - gesund oder Alltag - Nichtalltag ist überholt. An einem einzigen Tag wurden weltweit tausende von Kranken mit einem Schlag geheilt - als Homosexualität als Krankheit abgeschafft wurde.

Folgende **5 Ausdrucksformen** sollen in den nächsten Tagen erforscht und erfahren werden:

- Krieger
- Heiler
- Künstler = Gestalter von Formen
- Lehrer = Gestalter von Räumen
- Wandler = Chaos

Erforscht werden sie in **5 Bewegungen**:

- Energie aufnehmen
- Energie zentrieren
- Energie in den 5 Ausdrucksformen zur Wirkung bringen
- in der Wirkung verweilen
- Energie zerstreuen

Zum Abschluss wird das mitgebrachte Besteck als Energiediagnose- und Energiesteuerungsinstrument bei einer „**Besteckheilung**“ in Dreiergruppen verwendet.

Der „Klient“ hat die Augen verbunden, konzentriert sich auf ein „kleines Leiden“, das er hat, und kommentiert schonungslos die Eindrücke und Wahrnehmungen, während der „Schamane“ seine „Besteckheilung“ durchführt. Ein „Beobachter“ gibt den beiden am Schluss ein Feedback, was er wahrgenommen hat.

## 2. Abend und Nachmittag

Das Ritual des Abends ist ganz der Erfahrung der eigenen Lebendigkeit gewidmet, dem Erleben zu SEIN.

tor des Max-Planck-Institutes schreibt: „Die Form (oder allgemeiner eine Art Gestalt) ist es, die sich im Laufe der Zeit nicht verändert. Materie gibt es im Grunde gar nicht. Diese bildet sich erst als „Als ob“-Erscheinung bei grösseren Anhäufungen der atomaren Gestaltwesen auf einem räumlich höheren Niveau durch Ausmittelung heraus.“

Ein inhaltlicher Zyklus beginnt im Seminar jeweils am Abend und endet am späten Nachmittag. Es ist der „Zustandslose Zustand“, ein Punktbewusstsein, Erfahrung absoluter Wirklichkeit.

In der absoluten Dunkelheit und Stille sitzen wir zwanzig Minuten lang. Den inneren Dialog lassen wir nach links wandern, zusammen mit den inneren Bildern. Ziel wäre auch die Stille der Körperwahrnehmung, die allerdings am schwierigsten ist für Menschen, die das meditative Sitzen nicht geübt haben.

In der Stille begegnen wir auch dem Geist der Maske. Es geht dabei darum, zu erfahren, woher er kommt, welche Kräfte er bringt und welche Geister.

Anschliessend tanzen wir die Energie oder den Geist der Maske, legen diese dann ab und steigern uns tanzend in eine sexuelle Energie.

Am Dienstag Nachmittag werden die verschiedenen Techniken des reinen Bewusstseins miteinander verglichen:

- östliche Meditation
- Wachträumen wie bei der Morgenmeditation
- Luzides Träumen in der Nacht
- Tagträumen

Der Schamane weiss genau, mit welchen Kräften er arbeitet. Er ist im Stande, Kräfte zu erkennen und zu wandeln.

In diesem Sinn wird das Besteck im anschliessenden Ritual neu beträumt:

- In den andern Bewusstseinszustand eintreten
- das Objekt (Löffel) wie eine Krankheit wahrnehmen.
- alles, was das Objekt an Träumen hergibt, zu Ende träumen, das Material, die Form, die Funktion, die Herkunft, bis es etwas ganz Unbekanntes aus reiner Energie, Licht und Schwingung, wird.

Dazu erzählt Carlo Zumstein eine Anekdote:

Fünf Schamanen wurden von Schamanismusforscher M. Harner eingeladen, ihr Wissen zu zeigen. Sie haben an fünf Tagen ihr Wissen immer wieder anders demonstriert. Daraus ist ein Buch mit 760 Seiten entstanden.

Das Fazit in einem Satz: der Schamane reagiert auf die Gesamtmatrix der Kräfte und macht alles immer wieder anders.

Vergleiche die Zusammenfassung Schamanische Intensiv-Weiterbildung FLSS, Beat Frutiger vom Dez. 2008 - das dritte Seminar.

Vergleiche Schamanische Intensiv-Weiterbildung - das vierte Seminar.

Das Abwenden von den traditionellen Vorstellungen im Schamanismus war zentrales Thema der ganzen Woche. Das findet Ausdruck in der Namensänderung von FLSS zu TAOB, The Art Of Bridging. Im beschriebenen Ritual werden traditionelle Kraftobjekte (wie beispielsweise der Zauberstab) verabschiedet. (Vergleiche Schamanische Intensiv-Weiterbildung - das erste Seminar.)

Wie in einem fraktalen Weltbild kann alles überall jederzeit real werden und abgebildet werden. Von diesem Grundsatz her erklären sich auch Synergieaufstellungen nach Hans Hein.

Als Künstler und Kunstlehrer ist mir dieser Vorgang bekannt als die Kreativitätstechnik der Dekonstruktion, bei der ein Alltagsgegenstand aller seiner Eigenschaften beraubt und mit „neuem Leben beseelt“ wird.

Die Schule erfindet Regeln, die auf unbestimmte Zeit für jede vordefinierte Situation von allen Beteiligten immer angewendet werden.

Carlo Zumstein unterscheidet zwischen Bedürfnis und Bedürftigkeit. Bedürfnisse sind Mängel. So wie das Kind einen Mangel leidet, versucht die Mutter das Bedürfnis zu befriedigen.

Bedürftigkeiten sind Kräfte.

Die 5 Grundbedürftigkeiten sind:

- Essen
- Trinken
- Schlafen
- Frieren
- Todesangst

Die 5 Zivilisationsbedürftigkeiten sind:

- Aggression = Quelle der Schöpferkraft
- Freude = Verbundensein
- Trauer = in die Tiefe gehen
- Angst = Witterung/Warnung
- Sexualität = Lebensenergie  
(die aber zu Gier und Leid fehlentwickelt ist)

Alle diese Bedürftigkeiten sind sehr körperlich und körperlich geankert. Die Sexualorgane tragen das Wissen der gesamten männlichen und weiblichen Zivilisation. Es gibt Kulturen, wo die Sexualkraft in die Extase führen kann.

### 3. Abend und Nachmittag

Am Abend gibt es auf Wunsch der Teilnehmenden nochmals einen Tanz der Affekte mit anschließendem Fokus auf die Sexualenergie.

Der nächste Nachmittag ist ganz dem Heilen gewidmet, mit dem Ziel, sich als Gestalter zu erleben. Zu Beginn wird ausgetauscht, wie die Gestaltung der Affekte und der Sexualenergie am Abend zuvor erlebt wurde. Hier einige Feedbacks:

- ich war gespalten; wollte mich hingeben und hatte Angst vor Traumata, die hochkommen könnten. Die Einleitung war sehr heilsam. Es gab im Raum eine Aggressionsecke und eine Trauerecke.

- eine sehr männliche Art, an die Sache heran zu gehen. Zu viel Tempo bei den einzelnen Sequenzen.

- es ist wichtig, dass diese Energie einen offiziellen Raum erhält. Sie wird verschüpft und wegrationalisiert.

Hier fehlte für mich im Seminar der Bezug zum angekündigten Bedürfnis-Management.

Die Namen und die Anzahl der primären Affekte oder Emotionen wird seit Plato immer wieder anders angegeben. Vergleiche dazu die sechs primären Emotionen bei Antonio R. Damasio, „Ich fühle, also bin ich“.

- Freude
- Trauer
- Furcht
- Ärger
- Überraschung
- Ekel

Sie haben die Funktion, dem Organismus zu helfen, am Leben zu bleiben. Sie verdanken ihre Existenz einer langen evolutionären Geschichte. Die Kultur spielt bei der Ausformung eine Rolle.

- habe mich bei meiner Scham erwischt gefühlt.
- ich war froh, dass ich mich dem gestellt habe. Das Thema war schon vorher belebend und wurde in der vorangehenden Diskussion beim Nachtessen hochgeschaukelt.
- Geilheit/Trieb versus wunderschöne sexuelle Energie.
- tantrische Wege finde ich zum Kotzen
- Sexualität ist für mich etwas Verbindendes.

Es war ein Rahmen gegeben, in dem vieles möglich war. Alle waren eingeladen, es nur als energetisches Erlebnis wahr zu nehmen. Die meisten haben aus dem alltäglichen Erfahrungsbereich heraus gesprochen und niemand aus der energetischen schamanischen Sicht. Die Scham, die Abwertung dir selber gegenüber, ist kulturell in früher Kindheit festgelegt.

Nach der Pause wird an das schamanische Sandwich erinnert. Die Heilarbeit besteht aus zwei harten Stücken psychologischen Brotes und einem saftigen Stück schamanischen Fleisches: Psychologisches Einführungsgespräch - Ritual - psychologisches Entlassungsgespräch.

Die 5 klassischen Rituale reduzieren Leiden und Heilung auf fünf Möglichkeiten:

- ein Krafttier geben
- eine Extraktion machen
- eine extrahierte Seele ins Licht schicken
- eine Seele zurückholen
- eine schamanische Reise machen

Diese 5 Rituale sollen nun in eine reine energetische Form über geführt werden. Dahinter steht die Überzeugung, dass der Mensch ein Bestandteil des Grossen Ganzen ist und damit an dessen Weisheit angeschlossen.

Das Leiden stellt sich im Seelenfeld des Klienten dar als eine Störung dieses Feldes. Die Störung kann ausserhalb als Veränderung der Energie wahrgenommen werden.

Der Klient kommt mit seinem Energiefeld in das Energiefeld des Schamanen und wird von ihm in seinem Inneren wahrgenommen. Das entspricht der Übertragung in der Psychologie.

Das schamanische Sandwich gilt auch für die „Heilung“ der Schule mit Hilfe der Evaluation. Das Abklären der Bedürfnisse und Formulieren der Ziele ist ebenfalls ein „hartes Stück Brot“. Das zweite „harte Stück Brot“, das Überprüfen, ob die Massnahmen zum Erreichen der Ziele beigetragen haben, darf nicht verdrängt werden. Gemäss meiner Erfahrung liegt das Hauptgewicht meistens nur auf dem „saftigen Stück Fleisch“ der Befragung.

Hans Hein definiert das in seinen Seminaren so: Das Wissen ist nicht im Kopf, sondern der Kopf ist im Wissen. Hans Hein sagt von sich, dass er schon als Schüler dem Lehrer die Antworten aus dem Kopf geholt hat, da sie ja beim Lehrer im Kopf sein müssen. Das ist auch im heutigen Unterricht bei unseren Schülern nicht aus zu schliessen.

Bei den Synergieaufstellungen werden diese Energiefelder direkt durch Stellvertreterpersonen sichtbar gemacht und beschrieben.

In den Aufstellungsseminaren wird das durch die Aufstellung des Ist-Zustandes und die Aufstellung des Zustandes, in dem sich alle Stellvertreter wohlfühlen, dargestellt und erlebt.

Der Vergleich des leidenden Energiefeldes der Vergangenheit mit dem Wunschenergiefeld der Zukunft zeigt die Bedürfnisse und den Weg der Heilung auf.

Das Heilritual wird im Stamm mehrmals mit unterschiedlicher Besetzung durchgeführt.

## 4. Abend und Nachmittag

„Shaking tent“ heisst das Ritual des Abends. Es ist ein altes Ritual der Indianer, das an unsere Verhältnisse angepasst wurde. Der Stamm wählt einen Schamanen oder eine Schamanin aus, die für den Stamm die Geister um Beistand, Weisheit oder eine Gabe bittet. Der/die Ausgewählte wird gefesselt und in eine Decke eingerollt in ein Zelt gelegt und bittet dort für die Befreiung und die Gabe für den Stamm. Die übrigen Mitglieder des Stammes tanzen, singen und trommeln, bis die gebundene Person befreit aus dem Zelt kommt.

Nach dem Ritual gibt es am nächsten Tag für jeden die Aufgabe, sich neu zu definieren und neu zu identifizieren.

1. Was bin ich sicher?
2. Woran arbeite ich?
3. Woran scheitere ich?

Anschliessend wird das Heilritual des Vortages nochmals angewendet.

Am Abend versammeln wir uns um ein grosses Feuer draussen unten am Bach.

## Die Gestaltung des Vormittags.

Der Vormittag beginnt mit der Morgenmeditation in jedem der Stämme, die zweimal von Carlo für alle durchgeführt wird und dreimal von einem Mitglied des Stammes für die Mitglieder seines Stammes.

Anschliessend findet in jedem Stamm ein energetischer Tanz statt, durchgeführt von einem Mitglied. Die Energie wird dann in einen benachbarten Raum transportiert und dort weiter von allen getanzt bis zum Tanz der 5 Ausdrucksformen.

Es ist erstaunlich, was intuitiv alles erfasst werden kann. Mir ist es beispielsweise gelungen, auf einer Timeline das genaue Alter heraus zu finden, in dem das Leiden der Klientin besonders wichtig war.

Das Ritual ist verwandt mit dem Ritual des „Bound Shaman“. Vergleiche die Zusammenfassung Schamanische Intensiv-Weiterbildung FLSS, Beat Frutiger vom Dez. 2008 - das zweite Seminar.

Die Botschaft für alle war: „Bewegen musst du dich schon selber, wenn du befreit werden willst“.

Der Tanz gliedert sich in die 5 Bewegungen:

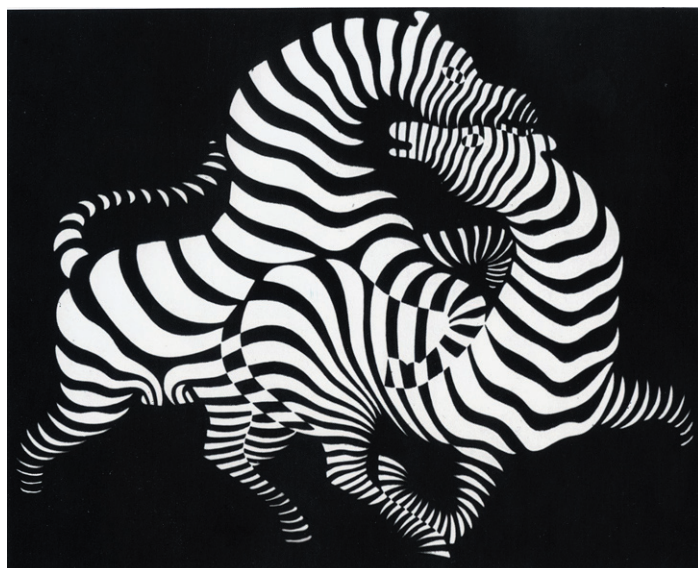
- Energie aufnehmen
- Energie zentrieren
- Energie in den 5 Ausdrucksformen zur Wirkung bringen
- in der Wirkung verweilen
- Energie zerstreuen

Anschliessend gehen alle wieder zurück in den Raum der Stämme um das Konzert der Stammesmusik zu üben. Dabei geht es darum, auf den Instrumenten, die man erst in den ersten 4 Seminaren kennen gelernt hat, nun gemeinsam Musik zu machen. Nach ersten misslungenen Anläufen gelingt das zunehmend wunderbar.

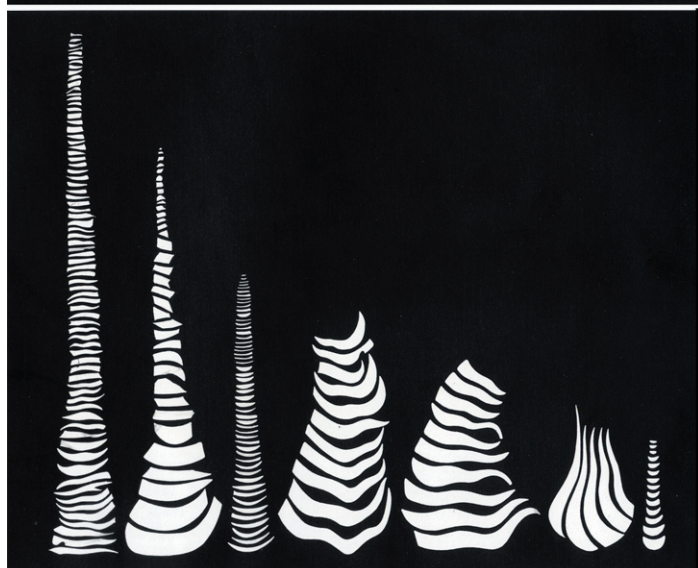
Dabei wird von allen speziell darauf geachtet, welche Energien durch diese Improvisationen ausgedrückt werden. Die Musik wird jeden Morgen neu erfunden, nach den Energien und Bedürfnissen des Stammes.

Diese Stammesmusik entspricht genau der Definition von Synergie, wie sie Hans Hein beschreibt: „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Einzelteile. Dieser Effekt des Zusammenwirkens ist Synergie.“

Das wäre ein schönes Modell für die Schule ;-)



Oft wird etwas erst anschaulich, wenn das Gegenteil gezeigt wird. Ursus Wehrli zeigt mit seinen Arbeiten „Kunst aufräumen“ auf eindruckliche Weise, was Synergie ist. Die Abbildung „Vasarelys Zèbres aufräumen“ illustriert, was geschieht, wenn 7 Personen auf Instrumenten spielen, ohne dass Musik entsteht. Die Synergie, das was die Musik oder die Zebras ausmacht, folgt Gesetzmässigkeiten, die kaum rational beschreibbar sind.



# Synergie-Coaching

Erfahrungs- und Anwendungstraining für synergetische Interaktionen

Dr. Hans Hein

3. - 5. Dezember 2010, Basel

Beim Synergie-Coaching handelt es sich um Synergieaufstellungen vor allem für Fortgeschrittene; theoretische Kenntnisse werden kaum vermittelt. Da ich aber mit dem theoretischen Hintergrund gut vertraut bin, werde ich ihn hier zusammenfassen.

Konzept ist ein Tetraeder-Modell als kleinstmögliche räumliche Form mit vier Intelligenzen in den Ecken und einer Quintessenz in der Mitte.

Diesen Intelligenzen werden zahllose Eigenschaften zugeordnet, von denen ich hier einige wiedergebe:

1. Rationale Intelligenz, ich handle, Kompetenz, Strategie, Führung, Beurteilung, Denken, Luft.
2. Emotionale Intelligenz, ich fühle, Hingabe, Beziehung, Leidenschaft, Fliessen, Wasser
3. Strukturelle Intelligenz, ich ordne und regle, Naturgesetze, Konvention, Organisation, Erde
4. Spirituelle Intelligenz, ich bin begeistert, Idee, Kreativität, Motivation, Geister, Ekstase, Feuer
5. Herzensintelligenz, ich bin, Schöpfung, Magie, das Göttliche, geordnetes Chaos, das Nichts.

Damit Punkt 5 sich entfalten kann, braucht es die vier andern Intelligenzen. Damit ein System funktioniert, müssen die Intelligenzen 1-4 in einem harmonischen Zustand zueinander stehen, im Sinn, dass es allen vier Intelligenzen wohl dabei ist.

Ist schon zu Beginn einer Aufstellung klar, dass eine Intelligenz fehlt, wird eine sogenannte „Falle“ aufgestellt. Je nach fehlender Intelligenz ergeben sich folgende Möglichkeiten:

- 1 fehlt = Sehnsuchtsfalle. Das Handeln fehlt, um eine Idee in einer Struktur umzusetzen, um den vom Gefühl her unerwünschten Zustand zu ändern.
- 2 fehlt = Ideologiefalle. Gefühllos werden Ideen durchgepaukt.
- 3 fehlt = Konfrontationsfalle. Gefühle und Ideen werden ohne Rücksicht auf bestehende Strukturen in die Tat umgesetzt.
- 4 fehlt = Alltagsfalle. Das Handeln und Fühlen bewegt sich in gegebenen Strukturen ohne Vision.

Ich habe bis jetzt ungefähr 240 Stunden an Synergieaufstellungen bei Hans Hein teilgenommen.

Zu Aufstellungsarbeit gibt es fast unbegrenzt Literatur. Menschen, die noch nie selber real mitgewirkt haben, können sich auf Grund von theoretischen Berichten kaum eine Vorstellung machen.

Als minimale Einführung kann <http://de.wikipedia.org/wiki/Systemaufstellung> dienlich sein.

Aus schamanischer Sicht können die vier Intelligenzen auch als vier Elementarkräfte verstanden werden oder als Energie- oder Kraftfelder.

Punkt 1, 2, und 4 entsprechen weitgehend „Kopf - Herz - Hand“ von Pestalozzi. Wenn wir die Schule mit ihrer Struktur als Punkt 3 dazunehmen, erhalten wir ein perfektes Modell des Schulbetriebes, in dem der Schüler im Zentrum IST.

Oft habe ich an der Schule den Eindruck, dass Punkt 3 und Punkt 1 ein grosses Übergewicht haben = nach Regeln handeln. Die Formulierung „... in der Regel ...“, die ja auch Ausnahmen nach Gefühl zulässt, ist verpönt.

Als Beispiel für die Ideologiefalle möchte ich die seit Anfang Schuljahr geltende Regel zum Unterschreiben der ungenügenden Noten erwähnen. Gute Lehrpersonen wissen, dass da auch das individuelle Gefühl Mitsprache haben muss.

Wenn die Visionen der Politiker, Schulräte, Schulleiter und Lehrpersonen fehlen oder sich widersprechen, entsteht an der Schule die Alltagsfalle. In meiner Wahrnehmung wird sie dann verdrängt

Der Ablauf der Aufstellung kennt grosse Variationen mit einem Grundschema:

Ein Protagonist mit einem grossen Problem oder Potenzial (was für Hans Hein dasselbe ist) bestimmt das Thema oder das Anliegen oder den Fokus.

Er wählt anschliessend 5 Personen als Stellvertreter der 5 Intelligenzen und stellt diese affektbedingt (katathym) im Raum auf.

Die 5 Stellvertreter nehmen das Feld wahr, in dem sie sind und berichten darüber.

Die 5 Stellvertreter bewegen sich an einen neuen, für sie und das System angenehmeren Ort, bis ein Synergiefeld/Stillpoint spürbar wird.

In gewöhnlichen Aufstellungsseminaren werden normalerweise Probleme von Einzelpersonen aufgestellt. Da wir alle ja einem Grossen Ganzen angehören, miteinander verbunden sind und kollektiv gemeinsame Problementeile besitzen, heilt eine Aufstellung gewissermassen auch alle übrigen Anwesenden.

Wie in der Anekdote von Harner und den 5 Schamanen, ist auch hier jede Aufstellung ganz situationsbezogen und anders.

Interessant ist, wie und dass diese Synergieaufstellungen wirken. Ein Seminarteilnehmer mit schon jahrelang anhaltenden massiven Schlafstörungen schläft seit August, nach nur einer Aufstellung, nun jede Nacht wunderbar. So hat er es jedenfalls Anfang Dezember rückgemeldet.

## Schlussbemerkung

In allen drei Weiterbildungsangeboten geht es um eine Quintessenz, um den „Zustandslosen Zustand“, um das reine „ICH BIN“ und um Religio im wörtlichen Sinn. Jede Religion sucht dafür ein anderes Wort und einen anderen Weg. Alle sind sich einzig darin einig, dass es das Wichtigste ist, und letztlich überlebensnotwendig.

Diese Quintessenz lässt sich nicht beschreiben, nur erfahren. Eine einzige Erfahrung kann viel bewirken, genügt aber nicht für ein ganzes Leben; die Erfahrung muss wiederholt werden. Wie ich schon bemerkt habe, gibt sie Lebensenergie und Lebensfreude - Eigenschaften, die ein Lehrer zwingend haben muss.

Ich habe wieder einmal tanken dürfen; ich danke dafür. Und ich werde meine Lebensfreude, den Übermut, den Eigensinn, die Knorrigkeit und das unangepasst Widerborstige weiterhin gerne der Schule zur Verfügung stellen.

durch Ideen, die mit dem Kerngeschäft nur noch am Rand verbunden sind wie sportliche, gesundheitsfördernde oder kulturelle Anlässe, Was an unserer Schule im Bereich „Sport“ so gut funktioniert, sollte für das Alltagsgeschäft der Schule gelten: Es gibt ein klares Konzept in vorgegebenen und neu zu schaffenden Strukturen. Begeisterte Lehrpersonen handeln so, dass am Schluss viele Freude haben.

Schamanisch gesehen werden die Energien zuerst einmal wahrgenommen, wie bei den Heilritualen der TAOB Intensiv-Weiterbildung. Anschliessend werden die Kräfte in eine harmonische oder gewünschte Ordnung gebracht, so dass bei allen die Bedürfnisse befriedigt sind.

Synergieaufstellungen können auch für Betriebe oder andere Systeme gemacht werden.

Offensichtlich nützen sie auch bei mir. Die Schamanismusseminare und die Synergie-Coaching-Seminare haben mich allmählich in einen wunderbar ausgeglichenen Zustand versetzt.

Mit meiner nun grossen Erfahrung bin ich auch bereit, gegen Honorar Synergieaufstellungen zu leiten. Zusammen mit den schamanischen Erfahrungen und Kompetenzen sind sie für mich ein ideales Instrument, um Probleme aufzuzeigen und einer Lösung zu führen. Erfolgreich wende ich sie in meiner seit vier Jahren bestehenden Traumgruppe an.