Unterwegs im Leben

Initiatorisch gestaltete Begleitung von Erwachsenen

Diplomarbeit	NDS Erlebnispädagogik HF
Eingereicht bei	Curaviva Weiterbildung
In Zusammenarbeit mit	Planoalto
Durch	Andi Schraner, Gerolfingen
	Juli 2016

Inhaltsverzeichnis

1 Hypothese und Fragestellung 3

2 Erwachsenenalter 5

2.1 Entwicklungspsychologische Aspekte 5

2.1.1 Die acht Stadien der menschlichen Entwicklung, nach Erikson: 5

2.2 Entwicklungsaufgaben 6

2.3 Zusammenfassend: 8

3 Übergänge und Initiation 9

3.1 Übergänge 10

3.2 Initiation 10

3.3 Initiatorische Gestaltung 11

3.3.1 Die 3 Phasen 11

3.3.2 Die Heldenreise 12

3.3.3 Logik und Struktur der Heldenreise 13

3.3.4 Archetypen 14

3.4 Zusammenfassend: 15

4 Möglichkeiten der systemischen Erlebnispädagogik 16

4.1 Einige Grundlagen 16

4.2 Initiatorische Gestaltung und Erlebnispädagogik 17

4.3 Konkretes Arbeiten – von der Theorie zur Praxis 20

4.3.1 Einbindung in die Praxis 21

4.3.2 Zielarbeit und Auftragsklärung – lösungs- und ressourcenorientierte Gesprächsführung 22

4.3.3 Vom wunderbaren Wesen der Frage 23

4.4 Zusammenfassend: 25

5 Entwurf einer initiatorisch gestalteten Begleitung von Erwachsenen 26
5.1 Loslösung: 27
5.2 Impuls: 29
5.3 Einfügung 30
6 Schlussbemerkung und Dank 31
7 Literaturnachweis 32
8 Anhang 33
8.1 Entwicklungsaufgaben im Erwachsenenalter nach Erikson 33
8.2 Grundereignisse der Heldenreise 35
8.3 Archetypen 37

1 Hypothese und Fragestellung

Gute Schuhe, voller Rucksack - und Fragen

Initiation muss sich wiederholen,
damit der Mensch sich als ganze Person
dem Leben stellen kann.

Nach dem einschneidenden und sicher sehr wichtigen Übergang von der Jugend ins Erwachsenenalter bleibt das Leben nicht stehen: Von den Ereignissen in neue Situationen geworfen, vom Alltag ganz sachte in Abhängigkeiten gedriftet, von plötzlich auftauchenden Fragen überrollt steht der Sinn erneut nach Klarheit, nach „ausmisten“ und Weglassen, nach Ruhe und Neuausrichtung.

…. unsere Seele hasst Stagnation. Unsere Seele strebt nach Wachstum… (P. Maier, Band I, s 259)

„Dieser fundamentale Prozess hin zu sich selbst, die Entwicklung zum unabhängigen Erwachsenen…“ (C.G. Jung zitiert von P. Maier, Band I, s 176) zeigte sich mir immer wieder in Gesprächen mit jungen Erwachsenen: Menschen mit meist guten Schulabschlüssen, mit einigen Jahren Erfahrung in der Arbeitswelt und mit vielen Fragen in ihrem persönlichen Rucksack. Oft tauchten diese Fragen an die Oberfläche nach Erlebnissen, welche nicht mit reinem Arbeitswelt- oder Schulwissen zu meistern waren, wenn ganz persönliche Unsicherheiten zu Tage traten und bewältigt werden mussten.

„Diesem fundamentale Prozess hin zu sich selbst, der Entwicklung zum unabhängigen Erwachsenen...“, dem möchte ich mit der vorliegenden Arbeit nachspüren.

Ich werde im Folgenden der Frage nach dem Erwachsensein nachgehen, Entwicklungspsychologie und Anforderungen an die Erwachsenen aufzeigen. Ich werde mich den Begriffen “Übergänge“, „Initiation und initiatorische Gestaltung“ annähern und dann die Möglichkeiten der systemischen Erlebnispädagogik im Zusammenhang mit der Begleitung von Erwachsenen aufzeigen. Im Anschluss daran entwerfe ich einen möglichen, sinnvollen Ablauf – ein Leitfaden – einer initiatorisch gestalteten Begleitung eines Erwachsenen.

2 Erwachsenenalter

2.1 Entwicklungspsychologische Aspekte

Wie definiert sich das Erwachsenenalter? Aus der Sicht des Kindes oder des Jugendlichen wird man dann mal erwachsen – und ist es dann…
Der Psychoanalytiker Erik H. Erikson (Identität und Lebenszyklus) hat das Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung aufgestellt. Er beschreibt die Entwicklung des Menschen als Entfaltung im Spannungsfeld zwischen den Bedürfnissen und Wünschen des Kindes als Individuum und den sich im Laufe der Entwicklung permanent verändernden Anforderungen der sozialen Umwelt. Eriksons Entwicklungstheorie spricht den Beziehungen bzw. der Interaktion des Kindes mit seiner personalen (und gegenständlichen) Umwelt eine wesentliche Rolle für die psychische Entwicklung zu. Er erweiterte damit auf der Grundlage der Freudschen Phasen infantiler Triebentwicklung die Psychoanalyse um die psychologische Dimension der Ich- und Identitätsentwicklung im gesamten Lebenslauf.

2.1.1 Die acht Stadien der menschlichen Entwicklung, nach Erikson:

Stadium 1: Ur-Vertrauen vs. Ur-Misstrauen (1. Lebensjahr)
Ich bin, was man mir gibt.
Stadium 2: Autonomie vs. Scham und Zweifel (2. bis 3. Lebensjahr)
Ich bin, was ich will.
Stadium 3: Initiative vs. Schuldgefühl (4. bis 6. Lebensjahr)
Ich bin, was ich mir vorstellen kann zu werden.
Stadium 4: Werksinn vs. Minderwertigkeitsgefühl (6. Lebensjahr bis Pubertät)
Ich bin, was ich lerne.
Stadium 5: Identität vs. Ich-Identitätsdiffusion (Jugendalter)
Ich bin, was ich bin.
Stadium 6: Intimität und Solidarität vs. Isolation (frühes Erwachsenenalter)
Wir sind, was wir lieben.
Stadium 7: Generativität vs. Stagnation und Selbstabsorption (Erwachsenenalter)
Ich bin, was ich bereit bin zu geben.
Stadium 8: Ich-Integrität vs. Verzweiflung (reifes Erwachsenenalter)
Ich bin, was ich mir angeeignet habe.

Das Erwachsenenalter wird demnach durch die Stadien 6, 7 und 8 definiert:

- Über das Wissen um Eigenartigkeit und Eigenständigkeit
- Über Mitgefühl und Mithilfe

- Über die Fähigkeit und den Willen Einsatz für Andere zu leisten
- Über die Bereitschaft Wissen und Können weiterzugeben

- Über die Fähigkeit zurückzuschauen und zu reflektieren

2.2 Entwicklungsaufgaben

Jedem Entwicklungsstadium werden bestimmte Aufgaben zugeordnet. Die Formulierung der Entwicklungsaufgaben ist einem Wandel unterzogen und abhängig von der Eingebundenheit in eine Kultur und ein Zeitalter. Es bestehen andere Aufgaben, wenn große Not herrscht und z. B. Kinderarbeit verbreitet ist, als in einer Wohlstandsgesellschaft, wo es für junge Menschen möglich ist, oft lange Zeit in Ausbildungen zu stehen oder zu Hause weiter von den Eltern getragen zu werden. In früheren Zeiten wurden die Übergänge von einem Entwicklungsstand zum nächsten durch Rituale begleitet. Der nächste Entwicklungsstand galt als erreicht, wenn das zugehörige Ritual durchlaufen war, unabhängig davon, ob die persönliche Reife ebenfalls entsprechend entwickelt war.

Das Konzept der Entwicklungsaufgaben wurde erstmals von Robert J. Havighurst (1948, [2]) definiert. Er geht davon aus, dass der Mensch im Verlauf seines Lebens immer wieder unterschiedlichsten Problemen gegenübersteht, die es zu bewältigen gilt. Dabei stellen sich in den jeweiligen Lebensabschnitten spezielle altersentsprechende Aufgaben, deren Bewältigung durch verschiedene, aufeinander einwirkende Faktoren beeinflusst wird (sie wirken additiv oder interagieren). Zum einen sind dies innere Faktoren, die in der Natur der Spezies Mensch, seinen individuellen Anlagen und seiner Person liegen, und zum anderen äußere Faktoren, die in der physischen, sozialen oder sozial gestalteten Umwelt liegen.

Die Entwicklungsaufgaben im Erwachsenenalter nach Erikson (online) gebe ich hier zusammengefasst wieder. (vollständig siehe Anhang Entwicklungsaufgaben nach Erikson):

Stadium 6: Intimität und Solidarität vs. Isolation (frühes Erwachsenenalter)
„Wir sind, was wir lieben."
Ziel ist das Erreichen eines gewissen Maßes an Intimität als Grundlage der Fähigkeit zur Liebe. Dementgegen steht z B großstädtisches Leben und zunehmende Mobilität, was zu Isolation führt.

Stadium 7: Generativität vs. Stagnation und Selbstabsorption (Erwachsenenalter)
„Ich bin, was ich bereit bin zu geben."
Generativität bedeutet die Liebe in die Zukunft zu tragen, sich um zukünftige Generationen zu kümmern. Zu viel Generativität heißt, dass man sich selbst vernachlässigt zum Wohle anderer.

Stadium 8: Ich-Integrität vs. Verzweiflung (reifes Erwachsenenalter)
„Ich bin, was ich mir angeeignet habe."
Rückblick auf sein Leben um anzunehmen, was getan worden und geworden ist und den Tod als sein Ende nicht zu fürchten. Das Gefühl noch einmal leben zu müssen, vielleicht um es dann besser zu machen, Angst vor dem Tod, führt zur Verzweiflung.

Zur Anschauung ein Blick in eine empirische Erhebung über den Alltag in der heutigen Gesellschaft: eine Untersuchung darüber, in welchem Alter wofür Zeit und Anstrengung eingesetzt wird:

Tabelle 10.2. Altersunterschiede im Lebensinvestment vom jungen Erwachsenenalter bis zum hohen Alter. Die vier Bereiche mit dem höchsten Ausmaß an berichtetem Investment von Zeit und Anstrengung entsprechen den zentralen Entwicklungsaufgaben des jeweiligen Altersbereichs (nach Staudinger, 1996a)

Altersbereich in Jahren	25–34	35–54	55–65	70–84	85–105
Rangreihe des Investments	▶ Beruf ▶ Freunde ▶ Familie ▶ Unabhängigkeit	▶ Familie ▶ Beruf ▶ Freunde ▶ Kognitive Leistungsfähigkeit	▶ Familie ▶ Gesundheit ▶ Freunde ▶ Kognitive Leistungsfähigkeit	▶ Familie ▶ Gesundheit ▶ Kognitive Leistungsfähigkeit ▶ Freunde	▶ Gesundheit ▶ Familie ▶ Nachdenken über das Leben ▶ Kognitive Leistungsfähigkeit

2.3 Zusammenfassend:

Havighurst wie auch Erikson (beide online) sprechen dem erwachsenen Menschen eine Entwicklung und fortlaufende Identitätssuche zu. Dies ist in der heutigen, sich technisch rasend schnell entwickelnden und damit auch sich dauernd verändernden Gesellschaft eine sicher immer wichtiger werdende Sichtweise. Dem erwachsenen Menschen wird eine Persönlichkeitsentwicklung zugesprochen, zugemutet und zugetraut.

Die Aufzeichnung zeigt, dass eine Vielzahl von Übergängen auch im Erwachsenenalter vorhanden und unvermeidbar ist. Es ist Aufgabe vom einzelnen Individuum sie zu erkennen, zu akzeptieren und aktiv anzugehen.

3 Übergänge und Initiation

Die Übergänge im Erwachsenenalter sind fliessender, oft verdeckt und selten heftig hervorbrechend. Sie sind schwierig allgemein zu definieren, denn das durchschrittene Leben prägt die neuen Übergänge wesentlich. Ob fehlende oder nur halb abgeschlossene Übergänge das vorangegangene Leben geprägt haben und eine erneute Suche auslösen, weiss man oft nicht. In der westlichen Welt ist das Wissen um bewusst gestaltete Übergänge in der Gesellschaft nicht mehr verankert. Die Menschen werden auf Konsum und Leistung ausgerichtet und es gibt keine wirklichen und konkreten Vorstellungen mehr davon, was „Erwachsensein“ bedeutet.

Wenn wir „Erwachsenwerden“ und vor allem „Erwachsensein“ nicht nur als körperliche Reifung, blosses Älterwerden, den Erwerb schulischer Abschlüsse und erfolgreichen Karriereleitersteigens begreifen wollen, so gehört mehr dazu: Dann ist Erwachsensein vielmehr mit einem fundamentalen psychischen, mentalen und spirituellen Reifeprozess verbunden.
(P. Maier, Band I, s 176) Erwachsenwerden geht nicht von selbst – Erwachsensein auch nicht.
Dieser fundamentale Prozess hin zu sich selbst, die Entwicklung zum unabhängigen Erwachsenen, die der Psychologe C. G. Jung (vgl. P. Maier, Band I, s 176) als „Individuation“ bezeichnet, zieht sich in unserer westlichen Gesellschaft oftmals über 15, 20 oder noch mehr Jahre hin – und ist mit Übergängen verbunden.

Individuation um sich mit sich selber identifizieren zu können: um bei sich zu Hause zu sein.

Was macht denn der Übergang aus? Wann wird ein Übergang zur Initiation? Was macht die Initiation aus? Und was ist initiatorische Gestaltung?

3.1 Übergänge

Das Wort Übergang weist auf das Verlassen einer Ebene oder eines Zustandes hin, hin zu einer neuen Ebene oder eines neuen Zustandes. Oft ist ein Übergang mit einem Erlebnis verbunden.
- Dieses Erlebnis führt jedoch nicht zwingend zu einem neuen Verhalten oder einem neuen Verständnis hin!

Dafür braucht es mehr, dafür braucht es Initiation.

3.2 Initiation

Das Alte abgeben, zurücklassen und loslassen, Unterwegssein und neues aufnehmen, verinnerlichen und anwenden.

Das Eintreten in einen neuen Lebensabschnitt wird als Initiation bezeichnet. Bei Christen ist die Taufe der Eintritt in das Erdenleben als Christ. Später markieren Firmung / Konfirmation und Heirat weitere Abschnitte, eben Initiationen im Leben. Die Geburt eines Kindes initiiert die Familie und das Elternsein und die Pensionierung markiert das hohe Alter.

Mit den Worten des afrikanischen Schamanen Malidoma Patrice Somé zitiert im Buch Initiation von Peter Maier (Band I, s 63): „Initiation bringt Konzentration mit sich und antwortet auf fundamentale Lebensfragen, mit denen sich der Mensch seit der Zeitendämmerung auseinandergesetzt hat. Jeder fragt sich doch: Wer bin ich? Woher komme ich? Wozu bin ich hier? Und wohin gehe ich? …

Die Initiation besteht aus Ritualen und Prüfungen, in denen sich die (jungen) Leute ihres Lebenszieles erinnern und erleben, dass ihr einmaliger Genius von der Gemeinschaft anerkannt wird.“

Die beiden Visionssuche-Leiter Koch-Weser und von Lüpke (Vision Quest, vgl. P. Maier) erklären „Initiation“ wie folgt: „Der Begriff leitet sich vom lateinischen „initiare“ = „hineinführen, bewusst hineingehen“ ab. Ein neuer Lebensraum öffnet sich und der alte wird entsprechend abgeschlossen. Was paradox klingt, hat eine tiefe Wahrheit: Eine Initiation beginnt mit einem Ende und endet mit einem Anfang. Es geht um tiefe Veränderung auf drei Wesensebenen: dem seelisch-körperlichen Bewusstsein, dem sozialen Bewusstsein und dem spirituellen und kosmologischen Bewusstsein.“

3.3 Initiatorische Gestaltung

Die Initiation ist also ein bewusst gestalteter Übergang, bei dem etwas zurückgelassen wird, Neues zu Tage tritt und dies in die Gemeinschaft getragen, jemand von der Gemeinschaft aufgenommen wird.

Die Initiation will den Menschen als Ganzes erreichen, seine soziale, seelische und geistige Dimension ansprechen; ihn für seine neue Verantwortung rüsten und modellhaft auf alle weiteren Wandlungsschritte – die nicht ausbleiben werden – vorbereiten. (Kreszmeier, Zuffelato,.Lexikon Erlebnispädagogik)

3.3.1 Die 3 Phasen

Gemäss Joseph Campbell (der Heros in tausend Gestalten) und Arnold van Gene (Übergangsriten) kommen in Märchen, Mythen und Übergangsritualen immer die drei Teile Loslösung und Aufbruch (ritueller Tod) – Impuls (Wiedergeburt) – Einfügung (Rückkehr zu den Lebenden) vor.

Hanspeter Hufens braucht in seinem Buch „Wagnisse des Lernens“ zur Erklärung des nachhaltigen Gelingens einer Verhaltensänderung die schönen Worte: Bestellen des Ackers (Vorbereitung) – Sähen des Samens (Impulsereignis) – Pflege des Ackers (Durchhaltekraft).

Er zitiert Graf Karlfried von Dürckheim (Erlebnis und Wandlung): „Das zentrale Moment jeder Initiation wird durch die Zeremonie dargestellt, die den Tod des Neophyten und seine Rückkehr zu den Lebenden symbolisiert. Aber es kommt ein neuer Mensch ins Leben zurück, der eine andere Seinsweise auf sich genommen hat.“

„… ein neuer Mensch ins Leben zurück, der eine andere Seinsweise auf sich genommen hat.“ – dies tönt nach harter Arbeit, nach Widerstand und Überwindung, nach tiefgreifender Veränderung, nach Neuanfang und Verpflichtung. Da ist etwas Grosses entstanden, da verändert jemand seine ganz persönliche Welt. Da ist ein Held auf der Reise!

3.3.2 Die Heldenreise

Peter Maier im zweiten Band zur Initiation: „Unter dem Begriff „Heldenreise“ ist die Abenteuergeschichte eines Helden gemeint. Diese Geschichte ist ein Archetyp, ein Energieanteil in oder eine Prägung unserer Seele. Denn diese will sich entwickeln und ein solcher Seelenprozess entspricht genau einer „Heldenreise“ im Mythos oder im Märchen.
Eine Heldenriese ist somit Ausdruck und Sichtbarmachung einer Wachstumsgeschichte in unserem Leben. Damit beschreibt das mythologische Muster der Heldenreise exakt das, was auch bei der Persönlichkeitsentwicklung und bei der Charakterbildung geschieht. Gefühlsschwankungen, Orientierungslosigkeit, innere Seelenkämpfe, Zusammenbruch des Weltbildes, intensive Ängste, Versagensgefühle und schmerzliche Grenzerfahrungen können auftreten. Während dem Entwicklungsprozess kann der Protagonist aber auch in ganz neue interessante innere Welten vorstossen, neue beglückende Erfahrungen machen, eigene bisher unbekannte Fähigkeiten von sich und Kräfte in sich selbst entdecken oder tolle, das weitere Leben prägende Begegnungen haben.
Der Begriff Heldenreise kann als Synonym zu dem Prozess der Initiation verstanden werden. (P. Maier. s 48)

3.3.3 Logik und Struktur der Heldenreise

Der Mythenforscher Joseph Campbell (Der Heros in tausend Gestalten) hat den Archetyp der klassischen Heldenreise genau untersucht. Er zeigt auf anschauliche Weise die einzelnen Schritte und Entwicklungsstufen dieses Wachstumsprozesses (vgl. P. Maier s 48). Basierend auf der Dreiteilung von Aufbruch – Initiation – Rückkehr (siehe oben) erkennt er bei all den Märchen, Mythen und in den Berufungsgeschichten der grossen Religionsführer 17 Einzelschritte.

Stefan Held hat in seiner Diplomarbeit zu Initiationen in der männlichen Adoleszenz [3] eine vereinfachende Zusammenfassung der Stationen der Heldenreise nach Campbell gegeben, indem er sie auf sechs Grundereignisse zusammenfasste (s Anhang Grundereignisse der Heldenreise). Zur Verdeutlichung habe ich jeweils kursiv eine „Stichwort-Kurzfassung“ angefügt.

Aufbruch	Berufung *- Ein Übergang steht bevor und meldet sich auf verschiedenste Art und Weise an*
	Die Schwelle *- Würdigung des Gewesenen und Echtheit in der Absicht*
Initiation	Weg der Prüfungen *- Kampf mit sich selber und ureigene Überwindung*
	Vater und Mutter *- Ja zum eigenen Leben, Integration und Versöhnung*
Rückkehr	Rückkehr *- Öffentlich werden*
	Eingliederung *- Verpflichtung, Weitergeben von Erlerntem*

3.3.4 Archetypen

Ich wiederhole Peter Maier im zweiten Band zur Initiation: „Unter dem Begriff „Heldenreise“ ist die Abenteuergeschichte eines Helden gemeint. Diese Geschichte ist ein Archetyp, ein Energieanteil in oder eine Prägung unserer Seele. Denn diese will sich entwickeln und ein solcher Seelenprozess entspricht genau einer „Heldenreise“ im Mythos oder im Märchen. …“

Ich verstehe diese Aussage so, dass es bestimmte Geschichten und Handlungen gibt, welche uns Menschen seit Jahrtausenden begleiten und dadurch bewusst oder unbewusst unsere Seele berühren. Seit Jahrtausenden machen wir Feuer, seit Jahrtausenden sind wir Wind und Wetter ausgesetzt und kümmern uns um einen geschützten Schlafplatz, seit Jahrtausenden fangen wir Fisch und backen Brot… Welche Freude, ein heisses, goldbraun gebackenes Brot aus den Steinen eines selbstgebauten Backofens zu ziehen! Was uns freut, stärkt unsere Seele und ist „Energie pur“.

C.G. Jung (Die Archetypen und das kollektive Unbewusste) verdanken wir die genaue Untersuchung zu den Archetypen. Er zeigt darin auf, dass Archetypen die Inhalte des kollektiven Unbewussten verkörpern.
Es sind allgegenwärtige, durch endlose Wiederholungen typischer Lebenssituationen eingeprägte, universelle Formen der Menschheit. Diese Urformen prägen das Fühlen, Denken, Handeln sowie die Wahrnehmung. Sie sind in die Tiefenschichten der Menschen verwoben, sind unbewusst im Hintergrund und doch wirksam. Archetypen werden nicht in ihrer Urform sichtbar, sondern zeigen sich in spezifischen Ausprägungen, sie sind also offen für individuelle und immer wieder neue Ausdeutungen und Erscheinungsformen. [Zuffellato, Kreszmeier, Lexikon Erlebnispädagogik]

Archetypische Handlungen sind Brücken zu unseren Instinkten, sind damit verwoben und beeinflussen unser Denken, unsere Fantasie und unsere Wahrnehmung.
Ein Archetyp ist nie ganz eindeutig, er ist mehr Sammelbegriff von beobachtbaren Bildern und Erlebnissen. Das Wissen um die Archetypen, ihrer Handlungs- und Denkweisen sowie ihrer Schattenseiten helfen uns zu erkennen, woher eine Handlung kommt, was wir fördern wollen und welche Seite wir lieber vermeiden.
Eine Auswahl an „Mannsbildern“, welche im Buch „Donnerseele“ von Gerhard Popfinger kurz und bündig beschrieben sind, findet sich im Anhang.

Einzelbegleitung Mai 2016, Ticino

3.4 Zusammenfassend:

Die Initiation ist ein Ritual: Ein bewusst gestalteter Übergang, bei dem etwas zurückgelassen wird, Neues zu Tage tritt und dies in die Gemeinschaft getragen, jemand von der Gemeinschaft aufgenommen wird. Sie hat eine innere Logik und folgt einem Grundmuster.
Für die Initiation reicht das Erlebnis nicht aus – sie ist geprägt von der ehrlichen und echten Absicht, einer persönlichen Überwindung und einer Wandlung des Protagonisten. Diese wiederum zeigt sich im Hinaustreten in die Öffentlichkeit und im Weitergeben des erworbenen Wissens.

Die initiatorische Gestaltung bedient sich im Aufbau, der Organisation der inneren Logik und des Ablaufes der Initiation nach dem gegebenen Grundmuster. Es geht hier aber nicht um ein (oft religiöses…) zelebriertes Ritual. Man bedient sich allerdings einer rituellen Gestaltung um Wirkung und Ausdruck zu ermöglichen und / oder zu verstärken.
Es geht vielmehr ganz einfach um den ureigenen Lernweg und das ganz persönliche „sich Überwinden“. Dies kann nach aussen hin ganz unspektakulär sein.
In der initiatorischen Gestaltung sind archetypische Handlungen sehr wichtig. Sie bringen uns zurück zu unseren Wurzeln und helfen uns unser inneres Gleichgewicht durch Handlung wieder herzustellen.

Einzelbegleitung Mai 2016, Ticino

4 Möglichkeiten der systemischen Erlebnispädagogik

Von der Übersicht zum Detail, vom Groben zum Feinen

4.1 Einige Grundlagen

Die Erlebnispädagogik an sich versucht menschliches Leben nicht nur kognitiv zu begreifen, sondern dynamisch in Verbindung zu halten mit allem, was Lebendigkeit und Lebenserfahrung prägt. (…) Das Ziel ist es, einen Prozess auszulösen, der bei den Betroffenen zu einer nachhaltigen Verhaltensänderung im Alltag führt“ (Wagnisse des Lernens, Kreszmeier Hufenus).
Entwicklung bzw. Lernen eines Menschen findet auf verschiedenen Ebenen statt. Die Handlungsorientierung als pädagogisches Kriterium geht davon aus, dass Lernen intensiver und dauerhafter ist, wenn das Lernsetting für möglichst viele dieser Ebenen Erfahrungen, Impulse, Verstärkungen und Aufgabenstellungen bietet. In diesem Sinne geht es der kreativ-rituellen Prozessgestaltung nicht nur um körperliches Handeln (Bewegung, Sport), sondern auch um gefühlsorientiertes, mentales und geistiges Handeln.
Bei einem systemischen Verständnis und einem lösungs-, ressourcen- und handlungsorientierten Ansatz ist Prozessorientierung die nächstliegende Arbeitsform. Genauso wie Handlung Wortsprache einschliesst, gehören Ziele zum Prozess. Prozessorientierung ist also die Ausgewogenheit zwischen Zielorientierung und Beziehungsorientierung. Kurz: Prozessorientierung heisst dort zu gehen, wo die besten Ressourcen oder die meiste Energie ist.

Die Prozessorientierung innerhalb der kreativ-rituellen Prozessgestaltung basiert auf der Grundannahme, dass sich die wesentlichen Erkenntnisse und Lernerfahrungen aus dem Arbeitsverlauf heraus ergeben. Anders gesagt: Sie manifestieren sich im Feld (Kreszmeier Hufenus, s49/50/54).

Ich gehe von der Annahme aus, dass Initiation auslösend und verstärkend auf die Prozesse der anstehenden Entwicklung wirken. Wir müssen uns überlegen, wie wir die Initiation gestalten, um die gewünschte Wirkung zu erzielen.

Viele Ansätze der vorangegangenen Theorie decken sich mit der systemischen Erlebnispädagogik und vor allem mit der kreativ-rituellen Prozessgestaltung. Ich versuche die Theorie mit der KRPG zu verbinden. Dabei gehe ich von einem gewissen Vorwissen des Lesers aus und werde nicht jede genannte Theorie im Detail beschreiben.

4.2 Initiatorische Gestaltung und Erlebnispädagogik

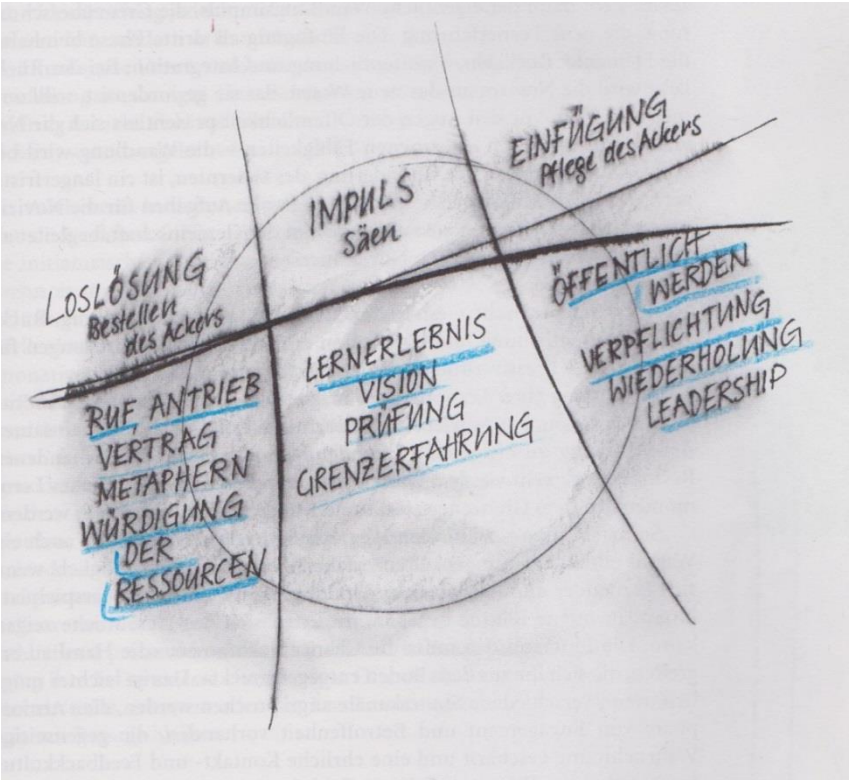
Hanspeter Hufenus fasst den Nutzen/das Bild/die Verbindung der initiatorischen Gestaltung und der Erlebnispädagogik wie folgt in Worte (Wagnisse des Lernens, Hufenus Kreszmeier):

Am Anfang eines Lernprozesses mag also so etwas stehen wie ein Ruf, eine Motivation, ein Antrieb, ein Bedürfnis. Der führt zum gemeinsamen Arbeitsvertrag, zu Zielen oder leitenden Metaphern, die den vorhandenen Ressourcen gerecht werden. Diese Phase ist bereits ein wesentliches Lernmoment, in dem Grenzen gesteckt und Möglichkeiten ausgelotet werden. So macht man sich auf den Weg, hinein in das Erlebnis, das auch ein Wagnis enthält, Prüfungen, Grenzerfahrungen. Das ist nur möglich, wenn sich Lernender und Begleiter aus dem durchgestylten Abenteuerspielplatz hinaus in offene Räume begeben, in denen sich das Wesentliche zeigen kann. Die Protagonistin muss die Chance bekommen, „die Hand zu ergreifen, die sich ihr aus dem Boden entgegenstreckt“. Das ist leichter möglich, wenn verschiedene Sinneskanäle angesprochen werden, eine Atmosphäre von Engagement und Betroffenheit vorhanden, die gegenseitige Wahrnehmung geschärft und eine ehrliche Kontakt- und Feedbackkultur ermöglicht sind. Ein so verdichtetes Feld ist ein geeigneter Landeplatz für wichtige Impulserlebnisse – sie können durch spezielle kreative, rituelle oder szenische Gestaltungen “gelockt“ werden oder spontan aus dem Erlebnisszenario heraus entstehen.
Im dritten Schritt geht es um die Verankerung, die Integration des Erlebten – denn, um auf Dürckheim zurückzukommen: „…. Ohne Verwandlung geht auch das als wesenhaft Erlebte verloren.“ Da der Versuch, Erlebnisse sprachlich zu verankern oft erfolglos bleibt, kann eine professionell unterstützte Nachbereitung auf nichtsprachliche Formen wie Kreativtechniken und szenisches Arbeiten zurückgreifen.

Oder um es mit Matthew Fox auszudrücken: „Der Erfahrung am nächsten kommen nicht Worte sondern Bilder“ (vgl.. Kreszmeier, Vortrag Tagung Wartensee, [4])

Daneben gibt es noch zwei weitere wichtige Schritte zu leisten. Der eine besteht in einem Nachvertrag, einer „Verpflichtung zur unablässigen Übung“, um die sich der Protagonist selber bemüht. Der Prozess vervollständigt sich durch das Element der „Abschlussprüfung“, die eine Öffentlichmachung der Lernschritte und Absichten enthält. Es handelt sich um eine den Übergang unterstützende ritualisierte Verstärkung, die den Fokus auf das Nachher legt: Die Auszeichnung ist weniger eine Belohnung als vielmehr ein Auftrag. Dieser Auftrag bezieht sich auf die neue Funktion im Leben – ein Weitergeben dessen, was man gelernt hat.

Hier öffnet sich für mich sehr konkret die meist einmalige Initiation zur initiatorischen Gestaltung und zum Lernen im Leben, zum Unterwegssein im Leben mit seinen notwendigen grösseren und kleineren Wandlungen.



3 Phasen der Heldenreise, Version Hufenus Krezsmeier, Wagnissse des Lernens

Damit „Ein so verdichtetes Feld ein geeigneter Landeplatz für wichtige Impulserlebnisse“ sein kann und Erlebnis zur Wandlung führen kann, nennt Hufenus zehn Wandlungshilfen (Wagnisse des Lernens, s 183)

Wandel geschieht eher,

- wenn zielorientiert gearbeitet wird
- wenn die Vorphase gut gestaltet ist
- wenn die neuen Lernerfahrungen bildhaft sind
- wenn das Erlebte nicht zerredet wird

und Wandel wirkt nachhaltiger,

- wenn er schon im Erlebnis selbst geschieht
- wenn die erlebten Bilder verinnerlicht sind
- wenn das Erlebnis einen initiatorischen Charakter hat
- wenn die neuen Lernerfahrungen wiederholt werden
- wenn die Umgebung die neuen Lernerfahrungen unterstützt
- wenn die neuen Lernerfahrungen an andere weitergegeben werden

Und bei all dem darf man nicht vergessen, dass die eigentliche Kraft, welche den Stein ins Rollen bringt, die einzigartige Erfahrung der unentrinnbaren Veränderung ist.
Diese unentrinnbare, unausweichliche Veränderung konfrontiert uns mit Angst und grosser Unsicherheit, mit bösen und guten Überraschungen, mit Sehnsucht und Hoffnung. Erst diese Erfahrung hat die Kraft Erlebnisse zu Wandlungen zu machen.
Und nachhaltig werden diese Wandlungen erst dann, wenn sie anschliessend in das Umfeld, in die Gesellschaft eingebunden wird.

4.3 Konkretes Arbeiten – von der Theorie zur Praxis

Wenn wir, wie Stefan Held in seiner Arbeit [3], die drei Phasen der Übergansriten (van Gennep) und die Phasen der Heldenreise (Campbell) zusammenfügen, erkennen wir, dass die systemische Erlebnispädagogik die initiatorische Gestalt in ihre Konzepte integriert: Ich habe Stefan Helds Arbeit um die Darstellung von Hufenus Kreszmeier erweitert (Wagnisse des Lernens). Sie ist in meinen Augen die zutreffendste und klarste Darstellung bezüglich initiatorischer Gestaltung der Begleitung von Erwachsenen.

Van Gennep	Ablösungsphase mit Trennungsriten	Zwischenphase mit Schwellen- oder Umwandlungsriten	Integrationsphase mit Angliederungsriten
Campbell	Aufbruch: Berufung und Schwelle	Initiation: Weg der Prüfungen	Rückkehr und Eingliederung
Initiatorische Gestalt / Hufenus Kreszmeier	Loslösung: Ruf, Antrieb, Vertrag, Metaphern und Würdigung der Ressourcen	Impuls: Lernerlebnis, Vision, Prüfung und Grenzerfahrung	Einfügung: Öffentlich werden, Verpflichtung Wiederholung Leadership
Initiatorische Gestalt / Phase der EP	Zielarbeit und Konkretisierung des Rufes, Losziehen	Eigentliche Unternehmung im erlebnispädagogischen Raum	Rückkehr, Transferphase

(vgl.. Zuffellato Kreszmeier, s 71; sowie Hufenus Kreszmeier s 179)

4.3.1 Einbindung in die Praxis

Wir können davon ausgehen, dass Veränderungen natürlicherweise geschehen. An uns ist es, diese Bewegung zu erkennen und zu unterstützen.
Wenn der Lernprozess, wie ihn Hufenus aufzeigt, in den drei beschriebenen Phasen gesehen wird, dann ist es naheliegend für erlebnispädagogische Angebote die gleiche Struktur zu verwenden.

Strukturentwurf (vgl.. A Kreszmeier, Vortrag Tagung Wartensee 2001, [4])

Loslösung
In diese Phase gehören der Aufbau von Motivation und das Etablieren von Gesprächskultur und Vertrauen. Der Klärung des Auftrages und des Ziels ist viel Platz einzuräumen. Diese ist bestimmend für die weitere Arbeit. Im Vorfeld widmen wir uns der Bildung von Metaphern. Die Würdigung des zurückgelegten Lebens-und Lernweges ermöglicht ein Loslassen des Alten und gibt den notwendigen Kick sich Neuem zuzuwenden.

Impuls
Die Prüfung ist die eigentliche Unternehmung. Hier soll Neues ausprobiert werden und etwas entstehen können. Die Protagonisten sind unterwegs, wir können am wenigsten Steuern in dieser Phase. Und gerade dieser Umstand erlaubt erst, dass Eigentätigkeit entsteht und wächst, dass Erfahrungen gemacht und Erlebnisse ihre Wirkung entfalten können. Wir vertrauen darauf, dass das „Wandlungsprinzip des Lebens“ ans Werk geht.
Prüfungen sind auch Werkstätten, Praktika oder Umsetzungen von Lösungsansätzen aus der Auftragsklärung.

Einfügung
Es geht darum die neuen Erfahrungen zu festigen, durch Anwendung und Übung zu verinnerlichen. Reine Sprachform greift zu kurz, besser ist es Erfahrungen und Erlebnisse in Bilder zu bringen. Dies kann durch Kreativtechniken oder szenisches Arbeiten geschehen. Oder aber mit Leadership: im Weitergeben und Unterrichten durchdringt man eine Sache und pflanzt sich selber innere Bilder dazu ein. Gerade mit Leadership und Unterrichten wird man öffentlich – und geht damit auch die Verpflichtung vor sich und vor anderen ein: -> neu Erlerntes in Qualität in die Gesellschaft zu tragen. Die Würdigung und das Fest gibt Freude und Ehre. All dies festigt den Lernprozess.

4.3.2 Zielarbeit und Auftragsklärung – lösungs- und ressourcenorientierte Gesprächsführung

Der Erfolg einer Begleitung hängt stark mit der Klärung des Auftrages und des Ziels zusammen. Daher widme ich mich verstärkt dieser ersten Phase und gehe ausführlicher darauf ein.

Die mündliche Abmachung, die Anweisung oder der Auftrag bestimmen stark die Richtung und die Art der folgenden Arbeit. Es wird ein hohes Mass an Mitbestimmung und Mitverantwortung der Teilnehmer angestrebt. Eigene Ziele und Selbstaufträge sind starke Motivatoren. Die Zielsetzung gewinnt an Bedeutung, wenn es sich um eigene Ziele handelt und eine grosse Identifikation vorhanden ist.
Ziele sind Leuchtfeuer im Prozess, - man muss nicht unbedingt zum Leuchtfeuer hin, aber man weiss immer wo man ist und kann so den Kurs anpassen. Unter dieser Prämisse lässt sich prozessorientiert arbeiten.
Nicht immer ist jedoch das Ziel so leicht abzustecken oder es macht Mühe sich einen Auftrag zu formulieren. Hier beginnt die pädagogische Begleitung. [vgl.. Zuffellato Kreszmeier, Lexikon s 257]

Ich spreche von Begleiter und Klient und meine damit Coach und Coachee, Lehrer und Schüler, Sozialpädagoge und Jugendlicher, …

Ganz wichtig in der Begleitung ist die Lösungsorientierung. Dies bedeutet vor allem, dass in der Begleitung nicht vom Problem, sondern von dem gesprochen wird, was der Klient schon macht – und zwar erfolgreich macht. Dadurch entwickelt sich wie von selbst Bereitwilligkeit und Kooperation (vgl.. de Shazer, der Dreh, s 28).
Der Umstand, dass der Klient von erfolgreichen Situationen und Handlungen sprechen kann, hat de Shazer nicht nur dazu veranlasst die Lösung ins Zentrum zu setzen, sondern auch gleich zu formulieren, dass die Lösung *vor* dem Problem kommt.
Kurz: der Klient trägt die Lösung in sich. Er ist schon darauf zu unterwegs.

Um dem Klienten zu helfen genauere Beschreibungen, Ziele oder Lösungen zu formulieren, empfiehlt de Shazer sehr früh im Gespräch die „Wunderfrage“ zu stellen: *„Angenommen nachts während sie schlafen geschieht ein Wunder und ihr Problem wäre gelöst. Wie würden sie das merken? Wie wird ihr Partner davon erfahren, ohne dass sie ein Wort zu ihm sagen?“*

Dieser indirekte Weg lässt Klienten viel freier erzählen. Begleiter wie Klient bekommen aus der Antwort ein klareres Bild, wie eine Lösung aussehen könnte. Dies auch wenn das Problem unbestimmt, verworren oder unzureichend beschrieben ist (de Shazer s 24).
Die systemische Erlebnispädagogik arbeitet ausschliesslich lösungsorientiert. Sie setzt damit auf Eigenverantwortung und fördert die Eigeninitiative. Die Zielarbeit ist ein äusserst wichtiger Bestandteil der erlebnispädagogischen Arbeit. Aus ihr heraus werden wie bei de Shazer die Ziele und Visionen des Klienten formuliert. Die gemeinsam erarbeiteten Lösungsmöglichkeiten eröffnen Bilder und erweitern den Handlungsspielraum. Der Klient gibt der Möglichkeit Raum, dass das Leben auch anders sein könnte. „Die entstehende Selbstbeauftragung gibt Antriebskraft und oft erst die nötige Legitimation und Motivation, um sich auf einen Prozess einzulassen (vgl.. Zuffellato, Kreszmeier, s 257).

Kernpunkt der lösungsorientierten Sprachbegleitung sind nicht nur Fragen, sondern v.a. die Haltung des Begleiters. Systemische Gesprächsbegleitung

- begegnet dem Menschen mit ehrlicher Neugier
- mit authentisch wohlwollender Haltung
- respektvoll
- Sie akzeptiert seine Wirklichkeit
- greift Schlüsselwörter auf
- hinterfragt und forscht

Ziel dieser Art Gesprächsbegleitung ist, dass der Klient verschiedene Blickwinkel einnehmen und Sachzusammenhänge umdeuten kann. Skalierungsfragen, zirkulären Fragen oder die Wunderfrage sind verschiedene Techniken um den Klienten selbständig Lösungsszenarien entwickeln zu lassen.

4.3.3 Vom wunderbaren Wesen der Frage

Gerne gebe ich ein paar Impulse aus dem wunderbaren Buch „Fragen könne wie Küsse schmecken“ von Carmen Kindl-Beilfuss:

Schöne Worte treffen uns wie ein Sonnenstrahl, wie ein werbendes Angebot eines anderen Menschen nur für uns selbst.

Und schöne Fragen?
Erinnern sie sich an den Augenblick, in dem Sie Ihrer grossen Liebe begegnet sind? Ein kurzer Blick – ein längerer Blick – ein fragender Blick… - und heraus kam…? Eine Frage!

Die Frage ist der Auftakt zu mehr, sie ist der Beginn eines Miteinanders, das erst endet, wenn die Fragen ausgehen.

Im systemischen Interview ist das Fragen eine zentrale Methode, die viele Vorteile vereint:

Die vielfältigen Techniken des zirkulären Fragens

- fördern Informationen zu Tage und konstruieren gleichzeitig Informationen im System
- ermöglichen es, mehrere Menschen gleichzeitig unter Wahrung der Allparteilichkeit zu interviewen
- wecken die Neugier des Systems und erhalten die Aufmerksamkeit im längeren Interviewprozess aufrecht
- schaffen die Möglichkeit, die Sicht anderer auf die eigenen Person genauer kennen zu lernen
- verstärken das Gefühl, an etwas Gemeinsamem zu arbeiten

Wer fragt, ist interessiert
Wer fragt, ist klug.
Wer fragt, führt das Gespräch.
Wer fragt, schafft Bewegung.
Wer fragt, gestaltet menschliche Begegnung.

Und die Anmerkung zum Schluss:

Wenn wir liebevolle Begleiter für andere Menschen sein wollen, ist es sehr wichtig, dass wir unsere Fragen auf ihre Wirkung hin prüfen. Auch wenn Fragen viel „softer“ sind als Statements, so verraten sie doch in ihrer Konstruktion und ihrer Abfolge unsere Gedanken, unsere Zielstellung, unsere Haltung (vgl. Kindl-Beilfuss, Fragen können wie Küsse schmecken).

4.4 Zusammenfassend:

Die systemische Erlebnispädagogik arbeitet lösungs-, ressourcen- und handlungsorientiert. Sie setzt den Klienten mit seiner Wahrheit in den Mittelpunkt und geht grundsätzlich davon aus, dass er die Lösung zu seinen Fragen in sich trägt und die Kraft und Fähigkeit besitzt einen Lösungsweg zu finden und anzuwenden.
Die systemische Erlebnispädagogik arbeitet mit Methoden innerhalb der 4 Felder Naturerfahrung, Kreativtechniken, szenischer Arbeit und ritueller Gestaltung. Diese sind in dieser Arbeit nicht beschrieben. Diese Arbeitsweise fügt sich wunderbar zusammen mit den Fragetechniken der Lösungsorientierung und dem grundsätzlichen Aufbau der rituellen Gestaltung. Und schlussendlich geht es der systemischen Erlebnispädagogik nicht nur um das Erlebnis als solches, sondern um die Person und ihre Entwicklung.

Einzelbegleitung Mai 2016, Ticino

5 Entwurf einer initiatorisch gestalteten Begleitung von Erwachsenen

Ich entwerfe im Folgenden eine Begleitung von Erwachsenen, in welcher ich mich an die oben diskutierten Punkte der Lösungs- und Prozessorientierung und an die initiatorische Gestaltung halte. Ich bin mir bewusst, dass dieser Entwurf nur so etwas wie ein Leitfaden sein kann, denn schlussendlich bestimmt die Geschichte und das Thema des Klienten sowie der Prozess die Richtung der „Reise“. Aus der Erfahrung meiner Praxisbegleitung schöpfe ich die Erkenntnis, dass der Auftragsklärung und der Zielarbeit hohe Wichtigkeit beigemessen werden muss. Im Speziellen werde ich auf Grund dieser Erfahrung der Würdigung der Ressourcen und der Vorgeschichte einen eigenen Platz einräumen. Ein Teil dieser Sequenz, „die Frühjahrsputzete“ stammt aus unserer Arbeit in „Naturwagnis“ und wurde von Claudia Weinmann ausgearbeitet. Diese Sequenz ist in ihrer Diplomarbeit (*Mit dem Blick zurück, die Zukunft erschliessen* - Biografiearbeit in der systemischen Erlebnispädagogik, 2016) genauer beschrieben.
Im Sinne der initiatorischen Gestaltung arbeite ich mit der Dreiteilung von Hufenus: Loslösung – Impuls – Einfügung.

Einzelbegleitung Mai 2016, Ticino

5.1 Loslösung:

Das Interview zur Auftragsklärung gibt mindestens eine Idee, um welche Themen es gehen könnte. Selten kann man sofort einen Vertrag abschliessen oder zu einer fixen Abmachung kommen. Mit dem ersten Gespräch wird jedoch schon viel Terrain für die spätere Arbeit vorbereitet. Hier kann sehr gut die „Wunderfrage“ (vgl.. De Shazer) eingefügt und soll mit zirkulären Fragen gearbeitet werden. Eine Selbstbeobachtungsaufgabe auf das nächste Treffen hin hält die Aufmerksamkeit hoch.

Mit einem speziellen Anlass fahren wir weiter in der Auftragsklärung und der Zielarbeit. In einem geeigneten Gelände im Wald oder Flussbett widmen wir uns der Würdigung der Ressourcen. Dazu gestaltet der Protagonist mit Naturmaterialien seine Lebenslinie von der Geburt bis zum heutigen Tag.
Anschliessend geht man mit dem Protagonisten die Lebenslinie nochmals ab und lässt sich die wichtigen und prägenden Erlebnisse und Stationen erzählen.
Es ist oft wirksam nochmals zum Geburtsort zurückzukehren und mit den Augen des Kindes die Lebensstationen zu betrachten. Auch hier fragen wir nach dem, was noch fehlt oder verändert werden will und ob es einen Platz gibt, an welchen sich der Protagonist nochmals hinstellen möchte. Das gleiche macht man am Ende der Linie im Hier und Jetzt.
Allgemein sollen nicht nur „Sachfragen“ zur Linie gestellt werden, sondern immer auch zur Befindlichkeit der Person. Starke Erlebnisse äussern sich oft in der Haltung, der Sprache oder im Körpergefühl.
Um die Sinne und Wahrnehmung für das Nährende und Unterstützende zu schärfen, wird der Protagonist aufgefordert Perlen auf seinem Lebensweg zu definieren und diese zu schmücken. Perlen sind Momente, welche von Zufriedenheit, von Akzeptanz der Person, von erfahrener Liebe und Wärme getragen sind.

Zu Licht gehört Schatten. In der „Frühlingsputzete“ definiert der Protagonist selbst auferlegte Bürden und Begrenzungen, welche ihn hemmen und Energie kosten, welche sich in seiner Lebenslinie eingenistet haben. Auch diesen Begrenzungen gibt er einen Gegenstand. Mit nochmaligem Abgehen der Lebenslinie werden diese Gegenstände bewusst in einer Tasche mitgenommen. Perlen können mitgenommen oder auf dem Lebensweg gelassen werden.
Zum Frühlingsputz gehört das Entrümpeln.

Die Gegenstände, welche für Begrenzungen stehen, werden zurückgebracht, entsorgt - was immer der Protagonist entscheidet, damit er ruhig in den Alltag zurückkehren kann. Die Entscheidung, was mit diesen Gegenständen passieren soll, kann eine Sequenz, eine Arbeit für sich sein. Dies fällt nicht einfach leicht und kann Zeit und Gespräche erfordern. Das Gleiche gilt für die eigentliche „Entsorgung“: Wegwerfen ist eine Sache, einer Person gegenübertreten, ihr ins Gesicht sehen und den Gegenstand zurückgeben mit ein paar erklärenden Worten ist eine Andere. Allein diese Sequenz der Entrümpelung ist je nach Verlauf der Begleitung schon ein Teil des Impulses.

Einzelbegleitung Mai 2016, Ticino

Sicher ist es ein wichtiger Schritt der Befreiung von Altem. Die Würdigung von dem was bleibt, dem Eigenen ist umso echter! Diese Würdigung ist wirkungsvoll, wenn sie mit Handlung verbunden ist: den Perlen einen speziellen Platz geben, eine Kerze dazu stellen, fotografieren, ….
Jetzt ist jemand frei sich seinem Thema zu widmen oder mal es erst nur mal genauer zu definieren.

Kann der Klient sich noch kein Ziel formulieren, bieten sich weitere kreativtechnische Arbeiten an. Ich denke da vor allem an ein Ressourcen- oder Sozialkosmos, welches dem Protagonisten oft Klarheit über seine Lebenssituation oder sein Verhalten verschafft.

Begibt er sich auf ein Solo oder soll ein Road Movie gedreht werden, so beginnen hier die Vorbereitungsarbeiten. In dieser Vorbereitungsarbeit achte ich auf eine Kohärenz zwischen der Unternehmung und dem Thema des Klienten. Spätestens mit der Vorbereitung wird die erste Schwelle überschritten (…allenfalls ist dies schon in der Biografiearbeit oder der Frühlingsputzete geschehen – der Point of no return).

5.2 Impuls:

In der Impulsphase findet die eigentliche Unternehmung statt. Beim Roadmovie ist die Reise angesagt, ebenso beim Solo. Der Protagonist ist alleine unterwegs oder muss wenigstens selber und alleine entscheiden. Bei anderen Unternehmungen achte ich auf archetypische Handlungen: feuern, Camp bauen, kochen und backen. Unterwegssein beinhaltet in diesem Kontext einen Übergang durchleben: hier bieten sich Wanderungen in den Bergen mit Tal zu Tal Übergängen oder höher oben Passbegehungen. Eine Seilbrücke kann jedoch genauso ein Übergang sein wie eine Atlantiküberquerung im Segelboot. Wichtig ist einerseits die Unausweichlichkeit, das alleine und nicht begleitete Entscheiden-müssen, und anderseits die Offenheit und das Vertrauen ins Leben, dass das was geschehen muss, was sich verändern muss, sich auch wirklich verändert.
Beim Roadmovie gehört das Heimkehren und Film schneiden noch zur Impulsphase. Die Stationen passieren lassen, auswählen, kürzen und mit Musik dem aufgenommenen Bild und Sprache Prägnanz verleihen, fordert den Protagonisten nochmals heraus. Er durchschreitet hier die 2. Schwelle.

5.3 Einfügung

Mit der Phase des Einfügens erst wird die ganze Lernreise zur Wandlung: Der Protagonist ist gefordert seine Erkenntnisse ins Leben hinaus zu tragen und in der Gesellschaft wirksam zu werden. Dies will bewusst gemacht und vorgängig vorbereitet sein. Tief im Innern geht er einen Vertrag mit sich selber ein. Die 3 Punkte in die Öffentlichkeit gehen, Auftrag Verpflichtung übernehmen und die Festlichkeit zum Abschluss sollen klar definiert und „überprüfbar“ durchgeführt werden.

„In die Öffentlichkeit treten“, Werkstätte 2015

Abschlussfeier KRPG 18, 2015

6 Schlussbemerkung und Dank

So! Speichern und Computer abstellen. Der Motor wird gestartet und gleich darauf die Segel gesetzt!

Sattes Grün der Kiefern auf der Insel, tiefblaues Meer, weisse Wolkenballen ziehen über den Himmel – alles ist so intensiv. Draussen skippert Claudia das erste Mal die Yacht alleine, Anita holt gekonnt den Anker auf, Jürg assistiert und findet sich behutsam in das neue Bordleben ein und Lisa steuert das erste Mal unter Motor aus der Ankerbucht. Derweil bin ich daran meine Arbeit zu beenden. Jeder ist mit sich und seiner Sache an seinen ganz persönlichen Schritten hinaus in die Zukunft beschäftigt. Jeder beschäftigt sich immer wieder mit seinem nächsten Übergang, seinen Ängsten, Nöten, seinem Mut und seiner Zuversicht. Nur kurz darauf neigt sich die Yacht ganz sachte nach Lee und nimmt den Rhythmus der Wellen auf. Lustig plätschert das Wasser dem Rumpf entlang.
Zuversicht und Mut, zu hören in den ruhigen Kommandi und Antworten, sichtbar in Eigentätigkeit und der Übernahme von Verantwortung, im Unterwegssein im Leben.

Gleich der initiatorischen Gestaltung hab ich mich dem Thema und dem Inhalt angenähert. Habe beim Lesen der Literatur ganz viele Aha-Erlebnisse gehabt und Verbindungen zu Erlebtem machen können. Immer wieder haben sich kleine Törchen geöffnet. Und mit dem Gang durch diese Tore konnte ich ein Ganzes zusammensetzen.

Diese Arbeit wurde möglich dank vieler Gegenüber, welche meiner Suche, meinen Fragen und meiner Unsicherheit Zuversicht, Mut und Vertrauen entgegengesetzt haben. Im Speziellen gebührt dieser Dank meiner Partnerin Anita, welche mich mit Zuhören, übernehmen von Alltäglichem und Zeit geben endlos unterstützt und Claudia, die mich spiegelt und mit mir entwickelt, fachsimpelt und super zusammenarbeitet.

Anluven, Schoten dicht, wir segeln hart am Wind zwischen den Schären in die See hinaus.

19. Juli 2016, Ankerbucht vor Lökaön, Schweden

7 Literaturnachweis

- Erik H. Erikson (1959); Übersetzung: *Identität und Lebenszyklus.* Frankfurt am Main: Suhrkamp, 1966,
- C.G. Jung; *Die Archetypen und das kollektive Unbewusste*; 5. Auflage 2011
- Peter Maier; *Initiation in einer unreifen Gesellschaft*, Band I + Band II; 2011
- Joseph Campbell; *Der Heros in tausend Gestalten,* dt. Ausgabe, 2011
- Sylvia Koch-Weser, Geseko von Lüpke; *Vision Quest,* 2009
- Hanspeter Hufenus, Astrid Habiba Kreszmeier; *Wagnisse des Lernens,* 2000
- Andrea Zuffellato, Astrid Habiba Kreszmeier; *Lexikon Erlebnispädagogik,* 2. Auflage 2012
- Gerhard Popfinger; *Donnerseele,* 2011
- Carmen Kindl-Beilfuss; *Fragen können wie Küsse schmecken,* 6. Auflage 2015
- Graf Karlfried von Dürckheim; *Erlebnis und Wandlung,1986*

[1] https://de.wikipedia.org/wiki/Stufenmodell_der_psychosozialen_Entwicklung
nach E. Erikson

[2] https://de.wikipedia.org/wiki/Entwicklungsaufgabe
nach R. Havighurst

[3] Stefan Held, *Werd' erwachsen, Alter! Initiation in der männlichen Adoleszenz erlebnispädagogisch gestalten,* Diplomarbeit NDS, 2013

[4] Astrid Habiba Kreszmeier; *Die Initiatorische Gestalt – eine Grundstruktur des Lernens?,* Vortrag an der Fachtagung Wagnisse des Lernens 2001, Wartensee, PDF

8 Anhang

8.1 Entwicklungsaufgaben im Erwachsenenalter nach Erikson

Stadium 6: Intimität und Solidarität vs. Isolation (frühes Erwachsenenalter)
„Wir sind, was wir lieben."
Aufgabe dieser Entwicklungsstufe ist es, ein gewisses Maß an Intimität zu erreichen, anstatt isoliert zu bleiben. Die Identitäten sind gefestigt, und es stehen einander zwei unabhängige Egos gegenüber. Es gibt viele Dinge im modernen Leben, die dem Aufbau von Intimität entgegenstehen (z. B. Betonung der Karriere, großstädtisches Leben, die zunehmende Mobilität). Wird zu wenig Wert auf den Aufbau intimer Beziehungen (was auch Freunde etc. mit einbezieht) gelegt, kann das nach Erikson zur Exklusivität führen, was heißt, sich von Freundschaften, Liebe und Gemeinschaften zu isolieren. Wird diese Stufe erfolgreich gemeistert, ist der junge Erwachsene fähig zur Liebe.

Stadium 7: Generativität vs. Stagnation und Selbstabsorption (Erwachsenenalter)
„Ich bin, was ich bereit bin zu geben."
Generativität bedeutet die Liebe in die Zukunft zu tragen, sich um zukünftige Generationen zu kümmern, eigene Kinder großzuziehen. Erikson zählt dazu nicht nur eigene Kinder zu zeugen und für sie zu sorgen, er zählt dazu auch das Unterrichten, die Künste und Wissenschaften und soziales Engagement. Also alles, was für zukünftige Generationen „brauchbar" sein könnte. Stagnation ist das Gegenteil von Generativität: sich um sich selbst kümmern und um niemanden sonst. Zu viel Generativität heißt, dass man sich selbst vernachlässigt zum Wohle anderer. Stagnation führt dazu, dass andere uns ablehnen und wir andere. Niemand ist so wichtig wie wir selbst.
Wird die Phase erfolgreich abgeschlossen, hat man die Fähigkeit zur Fürsorge erlangt, ohne sich selbst dabei aus den Augen zu verlieren.

Stadium 8: Ich-Integrität vs. Verzweiflung (reifes Erwachsenenalter)
„Ich bin, was ich mir angeeignet habe."
Der letzte Lebensabschnitt stellt den Menschen vor die Aufgabe, auf sein Leben zurückzublicken. Anzunehmen, was er getan hat und geworden ist und den Tod als sein Ende nicht zu fürchten. Das Gefühl noch einmal leben zu müssen, vielleicht um es dann besser zu machen, Angst vor dem Tod, führt zur Verzweiflung. Setzt sich der Mensch in dieser Phase nicht mit Alter und Tod auseinander (und spürt nicht die Verzweiflung dabei), kann das zur Anmaßung und Verachtung dem Leben gegenüber führen (dem eigenen und dem aller).
Wird diese Phase jedoch erfolgreich gemeistert, erlangt der Mensch das, was Erikson Weisheit nennt – dem Tod ohne Furcht entgegensehen, sein Leben annehmen und trotzdem die Fehler und das Glück darin sehen können.

8.2 Grundereignisse der Heldenreise

Stefan Held in seiner Diplomarbeit zu Initiationen in der männlichen Adoleszenz [3]: Vereinfachte Zusammenfassung der Stationen der Heldenreise nach Campbell.

Aufbruch

Berufung

Jemand spürt in sich den Aufbruch zur Heldenreise, wenn ihm etwas genommen worden ist oder wenn er das Gefühl hat, dass die bisherigen Erfahrungen in seiner Gesellschaft nicht ausreichen (P. Maier, Band I, s 149)
Der Ruf kommt meist ungelegen, Ängste machen sich breit und es gibt viel Gelegenheit zur Verweigerung, zum Ausweichen oder zur Flucht.

- *Ein Übergang steht bevor und meldet sich auf verschiedenste Art und Weise an*

Die Schwelle

Den Ruf annehmen ist nur eine Sache, um richtig „loszuziehen“ müssen erste Hürden überwunden, „Wächter am Tor zur neuen Welt überlistet, umgangen...“ werden. Um diese Aufgabe zu bewältigen tauchen helfend schützende oder weise Figuren auf. Hinter dem Tor wartet das Unbekannte, das Gefährliche. Mit dem Eintritt in dieses Gebiet sterben alltägliche Attribute ab, sein Herz und seine reine Absicht werden sichtbar.

- *Würdigung des Gewesenen und Echtheit in der Absicht*

Initiation

Weg der Prüfungen

Nun gibt es kein Zurück mehr. “Diese Phase des Abenteuers gehört zu denen, die die Mythenerzählungen besonders bevorzugen, so dass eine Weltliteratur entstanden ist über ihre Prüfungen und Gottesurteile“. Durch alle auftauchenden Schwierigkeiten wird der Held gelenkt / beschützt durch ein Amulett, das er von der weisen Figur erhalten hat. Sein Weg mündet oft in die Tötung des Drachens, Riesen o ä. Manchmal begegnen dem Helden auch unterwegs noch Helfer, den entscheidenden Stoss gegen das Ungeheuer (welches für seinen eigenen Schatten steht) muss er aber immer selber tun.

- *Kampf mit sich selber und ureigene Überwindung*

Mutter und Vater

Nach der gefährlichen und entbehrungsreichen Zeit kommt es zu einem Ja

zum Leben, das einer mythischen Hochzeit mit der Weltenmutter gleichkommt. Diese Vereinigung setzt den Helden dem Vater gleich. Weibliche Aspekte werden damit integriert, eine Versöhnung mit dem Vater findet statt – und damit die Übernahme der Erwachsenenrolle.
Heldenreisen sind oft geprägt von der Auseinandersetzung und Ablösung von den Eltern, deren Einflüsse, Vorstellungen und Gebote. Diese Ablösung kann auch in Form des Mordes an Vater- und Muttergestalten auftauchen.
- Ja zum eigenen Leben, Integration und Versöhnung

Rückkehr

Rückkehr
Die Rückkehr in den banalen Alltag fällt meist schwer. Die alte Wirklichkeit prallt mit der Neuerung zusammen. Der Held bringt jedoch eine neue Fähigkeit, eine neue Aufgabe oder ein Geschenk mit sich, mit dem er der Gesellschaft dienen soll.
- Öffentlich werden

Eingliederung
Die neue Rolle soll nun verwirklicht, der Auftrag umgesetzt werden. Der Held bringt tieferes Wissen und höhere Erkenntnis zurück und bereichert damit aktiv die Gesellschaft.
- Verpflichtung, Weitergeben von Erlerntem

8.3 Archetypen

Ich stelle im Folgenden als Beispiel die Auswahl an „Mannsbildern“ vor, welche im Buch „Donnerseele“ von Gerhard Popfinger kurz und bündig beschrieben werden. Die Zusammenstellung habe ich der Arbeit von Stefan Held [3] entnommen. Fehlend sind hier leider Frauenbilder.

Der Krieger
besitzt Ausdauer, Disziplin, Geschmeidigkeit, Behändigkeit, Schnelligkeit und Stärke. Der adäquate Einsatz seiner Waffen erhebt ihn über das Mass seiner physischen Kräfte. Er scheut keine körperliche oder geistige Anstrengung, um sein Ziel zu erreichen. Er hat seine eigene Moral, seine Regeln, seine Ziele. Er kämpft nur zum Schutz – der Menschen, der Erde, der Werte. Er ist weder tollkühn, noch leichtsinnig, das Wissen um den Tod gibt ihm Präsenz im Jetzt. Der Krieger ist immer bereit, vermeidet aber den Kampf wenn es geht.
Der Schatten des Kriegers kämpft um des Kämpfens Willen – im Grunde immer gegen sich selbst, doch das weiss er nicht. Seine Ängste sind sein Motor und er bekämpft sie ausserhalb seiner selbst. Er kämpft um zu zerstören oder um sich zu bereichern. Darüber hinaus hat er keine eigenen Werte sondern richtet sich nach den Werten anderer, seines Auftraggebers oder Bandenführers.

Der Magier
tanzt mit dem Chaos lachenden Auges mitten im Sturm. Er meistert die vier Elemente des menschlichen Daseins: Die Emotionen im Wasser, die Gedanken im Wind, den Körper der Erde und die Seele des Feuers. Er hat die Regeln des Lebens und der Schöpfung studiert und erkannt und weiss, wo er anzusetzen hat, um Grosses zu bewegen. Präzision, klarer Wille und Fokus sind seine Werkzeuge. Leichtigkeit des Humors und Strenge der Disziplin halten sich die Waage. In der Stille findet er Regeneration.
Der Schatten des Magiers dient nicht dem Ganzen – das Ganze dient ihm. Seine Ausstrahlung und seine Macht mögen faszinieren, doch fühlt man sich nach einer Begegnung mit ihm kleiner und schlechter als zuvor. Er nimmt sich was er will, sein Rückzugsort ist sein Schloss, zu dem man lieber Abstand hält.

Den Liebhaber

umgeben Schönheit und Feinheit, er ist geschmackvoll und steht mit der Welt in tiefer emotionaler Verbindung. Gefühlsinnigkeit drückt sich in Dichtung, Malerei, Kunst und Schöngeistigkeit aus. Er verehrt das Weibliche in der Welt, die Frau, die Blüte, die Landschaft – ganz allgemein die Vielfalt. Wodurch er selten in langen, festen Beziehungen zu finden ist. Was bleibt sind unvergessliche und reiche Erinnerungen.

Der Schatten des Liebhabers ist der Lüstling. Dieser verehrt nicht das Weibliche, sondern benutzt es zur eigenen Befriedigung. Vorgegebene Grenzen akzeptiert er nicht. Er ist ein Stalker und Vampir. Masslos, respektlos, genusssüchtig, ausschweifend, übertrieben körperorientiert, ganz auf Feiern und Konsum ausgerichtet lässt er seine Opfer nicht eher los, als diese energielos kapitulieren – und er weiterzieht.

Der König

schützt, führt und beherrscht mit Würde, Autorität, Macht und Weisheit. Als Prinz hat er vielerlei Fähigkeiten erprobt und errungen. Nun ist er absolut selbstbestimmt in seinen Handlungen und Entscheidungen, die immer dem Wachstum und Wohl des Ganzen dienen. Prunk und Schönheit sind bewusste Kulisse. Wie die Sonne soll der König sein Land befruchten, sein Charakter von Wärme durchdrungen sein. Der König weiss um seine grosse Aufgabe, die auch Einsamkeit mit sich bringt und er weiss um seine Endlichkeit und so bereitet er sich vor auf einen Abgang in Würde.

Der Schatten des Königs ist der Tyrann. Auch ihn bringen Selbstsucht, Eigennutz und mangelnder Gemeinsinn zu Fall. Er ist nicht Diener des Volkes – das Volk dient ihm. Sein Prunk blendet das Volk, während die Armen verhungern. Er bedient sich zahlreicher Dunkelmänner, setzt Feiglinge unter Druck und kauft Unentschlossene, die ihm dafür zujubeln. Freiwillig tritt der Tyrann nicht ab.

Der grüne Mann

versteht sich als Teil der Natur. Wo Zivilisation zu Ende ist, beginnt sein Reich. Mit Tieren fühlt er sich wohl und er hat schon manch beeindruckende Begegnung erlebt. Bei einer Auszeit vom Büro meidet er nicht Regen, Schnee oder Kälte. Er vertraut auf seine Instinkte, die ihm Gefahren und Chancen anzeigen. Er achtet seine Grenzen und erweitert diese bei neuen Herausforderungen. Seine Verbindung zur Natur zeigt sich auch in Mülltrennung, Pflanzenschutz, der Förderung nachhaltiger Energien. Er ist abgehärtet, gesund, ruhig und zentriert.

Der Schatten des grünen Mannes nutzt die Natur zu seinem eigenen Vorteil. Er ist Trapper, Goldgräber, Erdölbohrer und Pharmakologe, der Patente auf Urwaldpflanzen ausstellen

lässt. Er ist auch der Landwirt mit der Chemiekeule, der Grosswildjäger und der rücksichtslose Wildnissportler. Er steht der Natur gegenüber, die in zwei Kategorien zerfällt: Entweder sie ist ihm nützlich – oder uninteressant. In anderer Form ist er auch der nimmermüde Zivilisationskritiker, der die Fortschritte der Menschheit rückgängig machen möchte.

Der Narr

ist ein Tänzer, Trickster und Clown. Kann er nicht über sich selbst lachen, ist er keiner! Manche lachen mit ihm, manche über ihn – und manchen bleibt das Lachen im Halse stecken. Er steht voll im Leben und hält Engstirnigkeit, Selbstbezogenheit und Macht den Spiegel vor. Er ist unschuldig und voller Vertrauen, authentisch, respektlos, hat weder Angst vor Chaos noch vor Ordnung, weder vor Berührung noch vor Abschied. Er ist der wahre Supervisor des Königs.

Der Schatten des Narren ist das ewige Kind. Er erhebt sich selbst, indem er andere verlacht und flüchtet stets vor Ernsthaftigkeit, Verantwortung, Tiefe, Selbsterkenntnis und fester Bindung. In seiner inneren Einsamkeit wird er zum Zyniker.

Der Jäger und Sammler

hat die praktischen Dinge des Lebens im Fokus, jene, die sein Überleben und das seines Clans sichern: Nahrung, Heilkräuter, Brennmaterial, pflanzliche und tierische Ausgangsmaterialien zur Herstellung verschiedener Alltagsgegenstände. Er hat einen wachen Blick und einen guten Instinkt. Er weiss was er braucht, ist geduldig und mutig.

Der Schatten des Jägers und Sammlers rafft nimmersatt zusammen, was er kriegen kann. Er bevorzugt Quantität statt Qualität. Er sammelt nicht um des Überlebens willen, sondern um eine innere Lücke zu füllen – zum Selbstzweck. Hemmungslosigkeit, Gier und Geiz zerstören den gemeinschaftlichen und fürsorglichen Aspekt.

Der Wanderer ist immer unterwegs auf Lebensreise. Schwelle um Schwelle überschreitet er und egal welchen Weg er an den Kreuzungen auch einschlägt – es ist der richtige, denn es ist sein Weg. Licht und Schatten durchwandert er auf der Suche nach Werten, Gesetzen, nach Sinn und letzten Geheimnissen. Einige Wanderer werden zu Mystikern und Weisen.

Der Schatten des Wanderers ist der rastlose Suchende, der vor den wahren Schwellen im Leben zurückschreckt, sie meidet oder vor ihnen die Augen verschliesst. Was mit Abschied und Tod zu tun hat ist ihm ein Gräuel. Ferne Ziele und ständige Geschäftigkeit versperren ihm den Blick auf den Moment. Auf der anderen Seite hält er Ablenkung und Wellness hoch, wodurch er im Tun wie im Entspannen die Essenz der Dinge verpasst.

Der Wilde Mann

ist innerste ungebändigte Bauchkraft im Mann. Er ist das Erbe animalischer Kräfte, tiefer in unserer Natur verwurzelt als Jäger und Sammler, Grüner Mann oder Krieger. Er ist roher, härter, ungestümer. In der Zivilisation wird er oft gut gezähmt – doch er wartet auf seine Wiederkehr. Wer ihn kennen lernt, ihn achtet und kanalisiert gelangt zur Quelle seiner Männlichkeit, diese Urkraft verleiht ihm Sicherheit, Stärke, Leidenschaft, Sensibilität und Sensitivität.

Der Schatten des Wilden Mannes verachtet Sitten, Anstand und Zivilisation als Ganzes. Er ist primitiv, laut und ungehobelt. Seine Leitkraft bezieht er aus körperlicher Überlegenheit. Er verwechselt das Wilde mit dem Primitiven, Sensibilität ist für ihn ausschliesslich weiblich.

Der Weise

hat die Heiterkeit wie auch den Tod zu stillen Weggefährten gemacht. Er ist alt geworden, voller Erinnerung, Erfahrung und Erkenntnis und hat zu viel erlebt, um noch wirklich überrascht zu werden. Er ruht zufrieden in sich und teilt seine Erfahrung nur wenn er gerufen wird. Lieber fünf Minuten mit einem Weisen geschwiegen als fünf Stunden mit einem Noch-Nicht-Weisen gesprochen! Einverstandensein zeichnet seine Grundhaltung.

Der Schatten des Weisen ist der Klugscheisser. Was ihm fehlt ist die Lebenserfahrung. Er erhebt sich über andere, weil Minderwertigkeitsgefühle an ihm nagen. Er wiederholt sich, langweilt seine Zuhörer und redet, wenn er nicht gefragt wurde. Der Weise mag allein sein – der Klugscheisser ist einsam und isoliert, was er nicht ertragen kann. Er ist absolut nicht einverstanden mit dem Lauf der Welt – einer Welt, der er ohnmächtig gegenübersteht. (vgl. Popfinger, S.11-45)