

Betrachtungen zur inneren Haltung der Dialogprozess-Begleitung

***Abschlussarbeit zur Zertifikation in
Dialogprozess-Begleitung nach dem
Konzept ELTERN STÄRKEN - Ermutigung zum Dialog
mit der Berechtigung, Dialogbegleiter/innen auszubilden***

Inge Willwacher

Juni 2010

„In der Erkenntnis, dass es sich in der Begegnung zu Menschen, egal in welcher Situation, nicht um Übermittlung von Wissen dreht, in dem ich nicht mehr davon ausgehe, dass ich etwas wüsste, was der Andere nicht weiß, liegt ein Wandel. In dem wir davon ausgehen, dass der Andere weiß, dreht es sich um den Prozess des „sich Erinnerns“, dass du weißt... Genau genommen beginnt erst mit der Annahme und der gefühlten Gewissheit, der Andere hätte alles, was er braucht, der Prozess des Begleitens.“
Rudolf Engemann in einem Vortrag über Integrative Prozessbegleitung

Einleitung

Die innere Haltung hat viele Facetten, von denen ich im Folgenden nur ein paar herausgreifen und beschreiben möchte. Ich werde die Aspekte ansprechen, die für mich persönlich entweder mit einer Erfahrung verbunden oder deren Betrachtung meiner Meinung nach für die Dialog-Begleitung hilfreich sind.

Die innere Haltung ist die Basis jeder weiteren Handlung.

So erlebte ich, dass ich erst eine innere Haltung entwickeln musste, um mich dem Schreiben dieses Textes zuzuwenden. Sorry, es hat ein bisschen länger gedauert.

Ich möchte zunächst ein Stück meines Weges zur Bewusstwerdung und Entwicklung der inneren Haltung schildern:

Meine erste Begegnung mit innerer Haltung liegt viele Jahre zurück und hatte mit Dialogbegleitung gar nichts zu tun. Doch im nach hinein erkenne ich darin und in einigen anderen Stationen mehrere Bausteine meines Weges zum Dialog bzw. zur Dialog-Begleitung.

Es ist ca. 30 Jahre her, dass ich die Praxis der Transzendentalen Meditation kennen lernte. Es geht darum, eine innere Haltung zu entwickeln, die einverstanden ist mit dem Hier und Jetzt und sich selbst gewahr zu werden in jedem Moment der Meditation - den Zustand von ruhevoller Wachheit und Präsenz zu halten, zum wertungsfreien Beobachter zu werden, nicht identifiziert, nicht verwickelt.

Vor etwa 20 Jahren begegnete ich der Psychosynthese, die heute wesentliche Grundlage meiner Tätigkeit als Heilpraktikerin ist und meine innere Haltung geprägt hat.

Die Psychosynthese geht zurück auf den italienischen Arzt und Psychiater Roberto Assagioli (1888 - 1974). Er hatte schon sehr früh ein besonderes Augenmerk auf die Entwicklung des in jedem Menschen ruhenden Potentials. Als Ansatz, der am Wachstum des Menschen orientiert ist, sieht die PS das Leben als Prozess fortschreitenden Erwachens, ähnlich der Entwicklungsgeschichte der Menschheit. Dabei handelt es sich um eine Eigendynamik der menschlichen Seele. Es ist keine Sache, die von außen betrieben werden muss.

Ein wichtiger Grundgedanke: Die Gebundenheit unseres Bewusstseins an bestimmte Inhalte (Identifikationen) ist das Hauptdilemma unseres Lebens. Es geht darum, nicht nur einen Sichtwechsel anzustreben, sondern eine Beweglichkeit, die mit verschiedenen Blickwinkeln gleichermaßen umgehen kann, und zwar durch die Technik der Disidentifikation und die Schulung der Beobachterposition (ein Herzstück der Psychosynthese).

Einer der grundlegenden Sätze der Psychosynthese lautet: „Wir werden beherrscht von allem, womit sich unser Selbst identifiziert. Wir können alles beherrschen und kontrollieren, von dem wir uns disidentifizieren.“ (Assagioli 1978, S. 61)

Die Aufforderung der Psychosynthese „Werde, was du bist“ bezieht sich sowohl auf die personale als auch auf die transpersonale Ebene. Auf der personalen Ebene geht es um die Stärkung des Ichs durch einen gut entwickelten Willen und Selbstbestimmung sowie um das Ausschöpfen des vorhandenen Potentials. Auf der transpersonalen Ebene erfahre ich, wer ich in meiner Essenz wirklich bin. Da ist die Gewissheit, Teil eines größeren Ganzen zu sein. Aus diesem Bewusstsein wird die Liebe zu mir, zu anderen Menschen und zu meiner Umwelt zur Grundlage meines Wollens und Handelns.

„Wir alle stehen in Verbindung miteinander, nicht nur sozial und auf körperlicher Ebene, sondern auch über den Strom unserer Gedanken und Emotionen, die einander durchdringen (...) Verantwortungsgefühl, Verständnis, Mitgefühl, Liebe, Nicht-Verletzen - das sind die wahren Glieder der Kette, die uns verbindet, und sie müssen in unseren Herzen geschmiedet werden.“ (R. Assagioli, zit. n. Parfitt 1992, S. 139)

Ein weiterer Baustein war 1997 meine Begegnung mit Frank Natale, einem amerikanischen Pionier der Humanistischen Psychologie, von dem ich in schamanistischen Council-Runden lernte „in Kreisen zu denken“, gemeint ist damit ganzheitlich-vernetztes Denken im Gegensatz zu Ursache-Wirkungs-Zusammenhängen und Subjekt-Objekt-Spaltungen.

„Deine Realität existiert nicht getrennt von deinen Gedanken. Du bist es, der die Gedanken denkt, die die Handlungen erschaffen, welche alle Resultate in deinem Leben manifestieren. Realität folgt immer den Gedanken.“
(Frank Natale 1993, S. 369)

Ich kam in Kontakt mit einer anderen Sichtweise:

Wir erschaffen unsere Welt ständig neu in dem **wie** wir sie sehen, dann müssen wir uns auch fragen: was wollen wir, wollen wir Altes ständig wiederholen in der Hoffnung, dass schon irgendwann etwas anderes daraus entstehen wird oder wollen wir gleich etwas anderes tun? Oder vielleicht gar nicht etwas anderes tun, sondern nur das, was wir tun anders tun?

Und da wären wir wieder bei der Haltung!!!

Frank stellte mir einmal eine sehr wichtige Frage: „Warum willst du weiter sein als du bist?“

Diese Frage machte mich zunächst sprachlos, brachte mich dann aber in eine längere Auseinandersetzung mit mir selbst, d. h. sie hält genau genommen noch an.

1999 lebte ich dann aufgrund einer heftigen persönlichen Krise für einige Zeit innerhalb einer so genannten therapeutischen Gemeinschaft nach dem Ansatz der AA. Das erscheint mir heute wie eine Art „Praktikum“ für meine jetzige Arbeit. Damals entstand in mir ein ganz starker Wunsch, Menschen auf einer sehr tiefen Ebene anzunehmen, ganz egal wie „sonderlich“ sie mir auch erscheinen mögen, einfach weil ich mich selbst als „wahnsinnig“ erlebt und - schweren Herzens - akzeptiert habe. Ich glaube, das war die wichtigste Erfahrung für mich und verhilft mir heute zu mehr radikalem Respekt.

Vielleicht war das, wonach ich all die Jahre in meinen Ausbildungen und Seminaren suchte in erster Linie eine Frage der Haltung. Einer Haltung von Liebe, Achtsamkeit und Wertschätzung, die für Dialog und wirkliche Begegnung öffnet.

Als ich dann Ende 2005 „durch Zufall“ zum ersten Mal bewußt mit „dem Dialog“ in Berührung kam – wofür ich Dir, Johannes, immer dankbar sein werde, hatte ich irgendwie das Gefühl, endlich angekommen zu sein..... „wo alles sich zum Ganzen webt, eins in dem andern wirkt und lebt“ (frei nach Goethe). Und von wo aus sich gleichzeitig wieder neue Räume öffnen, die meinem Leben Sinn geben.

Die dialogische Haltung

Das dialogische Prinzip ist meiner Einschätzung nach in unserer Gesellschaft weder sehr bekannt, noch allzu verbreitet. Wirkliches Gegenübersein, Bezogenheit, wertschätzendes Miteinander, Zuhören und herzliche Verbundenheit sind eher selten. Wesentlich ist dabei auch eine angemessene Distanz zu und ein radikaler Respekt vor dem anderen. Es geht um Begleitung, Bestätigung, Ermutigung, so dass der andere seine Kräfte selbst entwickeln und wachsen kann.
„Am Du werden wir erst zum Ich.“ (M. Buber)

Am Anfang steht erst einmal das Spüren und Mitbekommen, mit welcher grundlegenden Haltung ich auf andere zugehe.

Kann ich mich wirklich dem Menschenbild der Humanistischen Psychologie verpflichten, nach dem jeder Mensch über alle Fähigkeiten verfügt, die er braucht, um ein gesundes, erfülltes und glückliches Leben zu führen?

Und wenn ich an das Potential glaube, vertraue ich dann darauf, dass die Dinge sich nach einem innewohnenden Prinzip entfalten, ganz von selbst? Ohne Lehrer?

Nicht ganz einfach für jemand wie mich, die jahrelang in der Lehrer-Rolle war.

Wir Menschen werden unser ganzes Leben lang immer wieder in dem Glauben unterstützt, dass **andere** es wissen (Eltern, Lehrer, Experten, irgend jemand da draußen), aber nicht dass wir selbst eine Weisheit in uns tragen, die uns in schwierigen Situationen helfend zur Seite steht. Oder wie C. G. Jung es einmal ausdrückte: „dann steht der 2000 Jahre alte Mensch in dir auf und gibt dir einen Rat.“ Andererseits hilft mir die Annahme von systeminhärentem Wachstum, welches innen geleitet und zielgerichtet ist, vom Drang, verändern zu wollen, Abstand zunehmen. Es gibt im anderen nichts zu verändern. Er wird sich aus sich selbst heraus zu seiner Zeit und in seinem Tempo verändern.

Auf diesem Hintergrund könnte ich mich entspannen, denn der Verlauf des Prozesses hängt nicht mehr davon ab, ob ich das „Richtige“ tue. Ich habe auch nicht mehr die Verantwortung, Lösungen zu finden.

Aber glaube ich wirklich daran, dass mein Gegenüber Kräfte hat, die stärker sind als seine Probleme?

Es ist immer wieder eine Herausforderung für mich, meine Vorstellungen über den Verlauf eines Prozesses oder die Entwicklung eines Menschen abzulegen.

Dass es mir noch nicht wirklich gelungen ist, merke ich an meiner inneren Erregung, wenn ich einer Kollegin zuhöre, die gerade erzählt: „Da sitzt ein Patient vor mir, sagt nur wenige Sätze und ich weiß schon genau, was bei ihm los ist ...“

Ich mache mir immer wieder klar, dass ich nur Ausschnitte sehen kann. In der Anerkennung dessen, dass sich mir das umfassende Bild verschließt, fällt es mir leichter, Begleiter auf gleicher Ebene zu sein. Begleiter eines Anderen auf seinem ureigenen Weg, dann können Antworten einfach nicht von außen kommen.

Dabei fällt mir auch der Satz von Michael Lukas Moeller ein: „Ich bin nicht du und weiß dich nicht“.

Ich persönlich glaube, dass Heilung viel damit zu tun hat, dass wir wieder zurückfinden zu diesem Vertrauen in uns selbst, in unser inneres Wissen und damit selbstwirksamer werden und eigenverantwortlicher.

Obwohl ich diesen Glauben habe, ist es für mich das schwierigste, was ich in meiner Praxis lernen muss, dieses Vertrauen zu entwickeln, dass der andere „schon weiß“. Vielleicht auch deshalb, weil das Vertrauen in mein eigenes inneres Wissen durchaus noch steigerungsfähig ist oder weil ich mich sicherer fühle in der Vorstellung, zu wissen, „wohin es gehen soll.“

Ich erlebe meine Unzulänglichkeit und lerne weiter, eingedenk der Frage „Warum willst du weiter sein als du bist?“

Wenn es möglich wird, dem Prozess zu folgen, ohne zu wissen, wohin der Weg führt, bin ich mit dem zu begleitenden Menschen auf einer Ebene, auf Augenhöhe, genauso staunend über die Entfaltung des Prozesses.

C. G. Jung schlug bereits vor, „mit jedem Klienten die Psychologie neu zu entdecken.“

Begleitung gründet auf dem Vertrauen, dem Respekt und der Liebe für das wie die Dinge geschehen.

„Der Weg eines Begleiters ist voller Liebe und Respekt dem gegenüber was ist, und nicht im Urteil verhaftet, was unserer Meinung nach besser wäre. Manchmal geht es auch darum, der von mir begleiteten Person mit meiner inneren Haltung zu vermitteln, dass ich voller Liebe und Respekt und voller Zutrauen für ihren Weg bin. Was ich jedoch mit „Liebe“ meine, ist keine Emotion, sondern ein Zustand des Geistes. ... Bedingungslose Liebe ist die Erfahrung des Seins, und es gibt für sie kein „Ich“ und keinen „Anderen“... Du kannst niemanden bedingungslos lieben, du kannst nur bedingungslose Liebe *sein*.“
Stephen Levine 1999, S. 102

Ich betrachte dieses Zitat als Orientierung und übe mich weiter im radikalen Respekt meiner Fehlbarkeit.

Wer bin ich als Begleiterin?

Ich komme ja nicht als keimfreies Begleiter-Wesen zu den anderen, sondern meine eigenen Vorstellungen, Bewertungen, Vorlieben und Abneigungen beeinflussen den Prozess.

Bei der Selbsterforschung geht es darum, dass ich mir all dessen bewußt werde, was in mir wirkt. Die Frage führt unweigerlich zur inneren Vielfalt, den mannigfaltigen Stimmen, die in mir sprechen und in der Psychosynthese als Teilpersönlichkeiten bekannt sind.

Was möchte ich also sein?

Beobachterin - Impulsgeberin - Zeugin des Entwicklungsprozesses der anderen - Mensch unter Menschen, geführt vom Prinzip der Absichtslosigkeit.

Was sind meine Herausforderungen?

Offenheit, Präsenz, Loslassen von meinen Vorstellungen, den Prozess immer wieder neu kreativ, gemeinsam zu gestalten, auszuhalten, verwirrt zu sein, enttäuscht zu sein, begeistert zu sein?

Und wenn ich Begleiterin bin, werde ich dann nicht gleichzeitig auch vom anderen begleitet? Gestehe ich gleichzeitig den Gruppenteilnehmern oder auch einem einzelnen Gegenüber zu jeder Zeit die Möglichkeit und das Potential zu, dass auch sie mich begleiten und mich etwas lehren können?

Irgendwo habe ich gelesen, aber ich weiß nicht mehr genau wo, doch der Satz gefällt mir einfach zu gut, um ihn zu unterschlagen: „Meine Aufgabe ist es, dem zu dienen, was sich aus sich selbst heraus entwickeln will, dem Geist, und mich nicht zu benehmen wie der Geist selber“.

Das bringt mich zu einer der größten Herausforderungen: die Identifikation mit der bisherigen Gruppenleiter-Rolle loszulassen, denn das heißt in erster Linie: Mut und Bereitschaft, das Unbekannte willkommen zu heißen, Vertrauen in den Prozess zu entwickeln.

Angelehnt an meine Psychosynthese-Arbeit frage ich mich dann auch, welche Teilpersönlichkeiten mir bei der Dialog-Begleitung im Wege stehen könnten und finde ganz spontan ziemlich viele wie z. B. Kritikerin, Ratschlägerin, Helferin, Besserwisserin, Retterin, Missionarin, Überverantwortliche, Lehrerin, Eitle, Übereifrige, Bestätigungssucherin, Wissende, HarmonisiererIn, Gefallsüchtige, Ehrgeizige usw.

Es gibt sicherlich noch mehr aufzuzählen. Vor meinem inneren Auge entstehen viele Steckbriefe: Wanted! Welcher Teil ist da gerade in mir aktiv und wo sind die Gefahren?

Das Konzept der Teilpersönlichkeiten bietet mir aber auch die Möglichkeiten, mich mit meinem inneren Team zu beraten und „konstruktiv zu plädieren“.

Aber auch meine Bewertungen und Vorannahmen einzelnen Teilpersönlichkeiten zuzuordnen und besser „in der Schwebe zu halten“.

Ob äußere oder innere Begegnungen - auf das Dialogische kommt es an. Das ist es, was Lösungsmöglichkeiten zeigt und kreative Antworten finden lässt, Synthesen schafft. Die Anwesenheit, das Einfühlungsvermögen und die feinfühligste Abstimmungsfähigkeit eines Gegenübers schafft den Raum „dazwischen“, aus dem das Neue erwächst, was weiter führt. Das ist es wohl, was Martin Buber meint, wenn er sagt „Am Du werden wir erst zum Ich“.

Prozessorientiertes Arbeiten - wie wir es im Dialog anstreben - bedeutet bewusstes Sein im Hier und Jetzt. In jedem Moment mit dem zu fließen, was gerade da ist, der Prozess erschafft sich selbst. Einlassen auf das Unvorhersehbare.

Eine ziemliche Herausforderung, wo Kontrolle für mich immer sehr wichtig war.

Aber wenn ich im Prozess denke: Ich müsste jetzt eigentlich ... bin ich schon nicht mehr präsent. Ich erlebe auch, dass immer dann, wenn ich meine zu wissen, wie es jetzt weitergeht: es genau das nicht ist!

Ein großer Teil der Entwicklung dialogischer Haltung ist anzuerkennen, dass nichts besser ist als das andere.

Und der Versuch, zu bewirken, dass ein Prozess sich in eine bestimmte Richtung entwickelt, bringt mich immer wieder zu der Erkenntnis, dass die Arbeit schwer wird.

Das erinnert mich an meine Meditationserfahrungen. Eine wichtige Frage nach den Übungen war immer: „Ging`s leicht?“ Denn wenn es leicht geht, dann bist du „im Fluß“.

„Wenn man aufmerksam ist, schließt man nichts aus, leistet keinen Widerstand und strengt sich nicht an, und deshalb gibt es keine Schranken.“ J. Krishnamurti

„Alles Schöpferische entspringt der Kraft und der Fähigkeit, im Unsicheren verweilen zu können, im Zweifel, im Geheimnisvollen. Die Spannung, die daraus erwächst, macht gerade das Schöpferische aus. ... Der Weg der Weisheit ist ein Weg, der das Unbekannte nicht fürchtet, der verweilen kann im Geheimnisvollen, der kein Ankommen kennt, keine endgültige Wahrheit. ... Damit der Raum offen bleiben kann für Weiterwachsen und Wandlung, ist das Bewusstsein vom Nicht-Wissen nötig.“

(U. Pfluger-Heist 2009, S. 147)

Als „Leiterin“ in einem Kreis zu sitzen und Nicht-Wissen oder gar Verwirrung auszuhalten, finde ich alles andere als einfach.

Hier gibt Tom Yeomans, ein amerikanischer Psychosynthese-Therapeut, der den so genannten „Corona-Prozess“ entwickelt hat, folgenden Rat:

“Not to do, but to be! - lehne dich zurück ins Gruppenfeld und ruhe dort aus.”

Ziemlich abenteuerlich für jemanden wie mich, die noch ziemlich am Anfang der Dialog-Begleitung steht und auch immer wieder Schwierigkeiten hat mit Geduld, Verlangsamung und Schweigen als bewusstem Halten von Stille.

Dem Wie kommt also ein höherer Stellenwert zu als dem Was. Das ist für manche ergebnisorientierte Teilnehmer nicht so leicht nachzuvollziehen. Und ich sehe auch die Schwierigkeit im Dialog, dass alte Muster in Frage gestellt, jedoch nicht sofort neue Modelle angeboten werden können. Die dadurch aufkommende Spannung, Irritation, Frustration, ist eine Herausforderung für mich.

Aber Dialog ist kein Gesprächsmodell, das sich im Instant-Verfahren lernen und anwenden lässt. Das Begleiten eines Dialog-Prozesses ist und bleibt ein Abenteuer.

Oder wie Martin Buber sagt: „Jede lebendige Situation hat trotz aller Ähnlichkeiten ein neues Gesicht, nie da gewesen, nie wiederkehrend, sie verlangt eine Äußerung von dir, die nicht schon bereit liegen kann. Sie verlangt nichts, was gewesen ist. sie verlangt Gegenwart, Verantwortung, DICH.“

Wenn ich mir dann bewusst mache, dass es auch in mir eine 2000 Jahre Alte gibt, die viel weiser ist als ich es als Person je sein kann und die dem Prozess in großem Vertrauen zugewandt ist, dann weiß ich: Ich **bin** unterstützende Begleiterin und **habe** eine unterstützende Begleiterin in meinem Inneren.

Es gelingt nicht immer, doch dann taucht wieder die Frage auf: Warum willst du weiter sein als du bist? Und ich kann das Ganze mit mehr Heiterkeit sehen.

Und vielleicht passiert sogar folgendes. „Aus der Knospe der Verwirrung hebt sich die Blüte der Verwunderung“ (Sparrer und Kibed S. 156)

Bedeutung der Unterschiedlichkeit

Um richtige Beziehungen zwischen den Menschen und den menschlichen Gruppen herzustellen, müssen wir ein großes Prinzip oder eine große Wahrheit verstehen,

akzeptieren und praktizieren, welche die Basis des Lebens selbst und all seiner Manifestationen bildet: jene der Einheit in der Verschiedenheit.

R. Assagioli, Einheit in Verschiedenheit
in: Psicosintesi, Florenz 1998

Wie gelingt es, eine Gruppenkultur entstehen zu lassen, in der jeder einzelne sich ganz zugehörig, sich ganz aufgehoben fühlen und in sich ganz er selbst sein kann? Was bedeutet es, wenn in der Gruppe die Wahrnehmung von individueller Identität verschwindet, eine Gruppe sich zur Masse entwickelt und ihre ganz eigene Dynamik bekommt? Ich kann die entsprechende Energie heute noch spüren, denn ich habe das sehr deutlich bei unseren Demonstrationen Ende der 60er Jahre erlebt. Ich glaube, eine Gruppe kann nur heilsam sein, wenn jede einzelne Individualität sich ausdrücken darf, aber jeder einzelne sich gleichzeitig bewusst ist, Teil der Gemeinschaft zu sein.

C. G. Jung drückt das so aus. „Die Individuation ist ein Einswerden mit sich selbst und zugleich mit der Menschheit, die man ja auch ist“. (Jung 1929, S. 227)

Ich dachte immer, es sei einfacher für mich, einen Prozess zu begleiten, der ruhig und sanft ist, in gegenseitigem Einvernehmen sozusagen, eher eine Kuschelgruppe. Ich stellte aber schon sehr bald fest, dass dies ein Trugschluss ist, denn zu viel Einseitigkeit im primären Prozess zwingt geradezu den sekundären Prozess herauf. Das Ausgeschlossene rächt sich wie die 13. Fee im Märchen und irgendein „Störenfried“ taucht auf. Wenn Unzufriedenheit geäußert wird, spüre ich immer noch schnell den Impuls, mich zu rechtfertigen, anstatt weiterhin leicht und frei zu fließen und das Vertrauen zu haben, dass in einem solchen Geschehen auf jeden Fall etwas Wesentliches und Wichtiges für alle Beteiligten enthalten ist.

Teil meiner inneren Haltung ist aber auch, zu realisieren, dass ich Teil eines größeren Ganzen bin und das äußere Geschehen die Widerspiegelung meines inneren Prozesses ist. Und manchmal passiert es dann, dass ich das, was ich zunächst vehement abgelehnt habe als zutiefst zu mir gehörend erkennen muss. Aber durch die Zurücknahme von Projektionen wächst ja bekanntlich unsere innere Kraft. Also sage ich mehr oder weniger freudig: Danke, lieber Bote - und wachse im Vertrauen auf Krishnamurti „Wenn du zu verstehen beginnst, was du bist, ohne zu versuchen, etwas zu ändern, veränderst du dich bereits.“

Wie ich begegnen möchte

Wenn ich an meine kleine Enkelin denke und meine „Gespräche“ mit ihr. Dann kann ich erkennen, welcher Zauber in einer direkten, ungeschützten, in einer unverteidigten und rückhaltlosen Begegnung liegt. Eine Art von Begegnung, die uns als Erwachsene schwer fällt, aber die wieder zu erlernen es sich lohnt. Zu viele Vorurteile, Ängste und Enttäuschungen sind dazwischen geschoben, aber genau solche Begegnungen sucht und braucht meine Seele, denn sie haben eine heilende Wirkung.

„Wo aber das Gespräch sich in seinem Wesen erfüllt, zwischen Partnern, die sich einander in Wahrheit zugewandt haben, sich rückhaltlos äußern und vom Scheinewollen frei sind, vollzieht sich eine denkwürdige, nirgendwo sonst sich einstellende gemeinschaftliche Fruchtbarkeit“. M. Buber: Das dialogische Prinzip

Und ich möchte Offenheit im Dialog als Vorleistung sehen, die eher meinem eigenen Anspruch dient als eine Forderung an mein Gegenüber ist.

Besonders wichtig sind mir auch die Kernfähigkeiten des von Herzen-Sprechens und des aktiven Zuhörens.

Ich erlebe sehr häufig in herkömmlichen Gesprächen die Reproduktion von Vergangenem ohne lebendigen Bezug zur gegenwärtigen Befindlichkeit.

Max Frisch schrieb einmal: „Jeder Mensch erfindet sich früher oder später eine Geschichte, die er für sein Leben hält.“ Und dann habe ich die Geschichte und denke, das wäre mein Leben. So kommt es dann, dass sich im Gespräch zwei Geschichten begegnen, aber nicht zwei Menschen. So lange ich in der Reproduktion von Vergangenem bin oder bewerte und vergleiche, verhindere ich, dass ich bei mir selbst bin, und somit kann ich auch nicht beim anderen sein.

Es ist genauso viel Abstand zwischen uns und den anderen wie zwischen uns und uns selbst. M. de Montaigne

Hinter jedem Redeschwall steht ein unerfülltes Bedürfnis. Das gilt es zu entdecken. Wenn ich es schaffe, dieses Bedürfnis zum Ausdruck zu bringen, ist sehr schnell echte Kommunikation da. Die Psychosynthese stellt einer Teilpersönlichkeit im inneren Dialog zunächst die Frage: „Was willst du?“ Die Frage zielt auf den vordergründigen Impuls und dann: „Was brauchst du wirklich?“ Diese Frage kommt an das „Wirkende“ heran. Indem ich das eigentliche Bedürfnis und die wahre Absicht meiner Rede zum Ausdruck bringen kann, gelange ich in die Gegenwart und bin bei dem, was gerade in meinem Inneren ist.

Im lebendigen Sprechen von Herzen bin ich bei mir selbst, es ist ein Sprechen in und aus der Gegenwart heraus. ein Sprechen, in dem es wirklich um das Eigentliche, um das jetzt Vorhandene und mich jetzt Berührende geht - ein spüribewusster Dialog sozusagen.

Wenn die Aufmerksamkeit nicht mehr auf das Scheinen-wollen gerichtet ist, finde ich auch eher den Mut, „unfertige“ Gedanken auszusprechen, ins Unreine zu reden, und die Achtsamkeit wird frei für im Augenblick wesentliche Gefühle und Gedanken.

Wenn ich zu sehr darin verwickelt bin, welchen Eindruck ich in der Außenwelt mache, dann verfehle ich mich auf einer anderen Ebene und übersehe mein wirkliches Wesen. Das ist das Drama der Gedankenidentität.

Ich möchte mit Wachheit einfach sein!

Für meine Selbstkenntnis und Selbstheilung ist diese Art des Sprechens sehr wertvoll, es hat keine ungünstigen Nebenwirkungen und steht mir permanent zur Verfügung. Erst in der letzten Woche habe ich noch erlebt wie nach dem „Gefühls-Dialog“ ein ganz andere Atmosphäre im Raum war und ich dachte an ein Zitat von C. G. Jung: „Das Zusammentreffen zweier Persönlichkeiten ist wie die Mischung zweier verschiedener chemischer Körper. Tritt eine Verbindung überhaupt ein, so sind beide gewandelt“.

Leider fällt es mir manchmal schwer, in der Welt der Schnelligkeit und der äußeren Wirkung auf diesen Herzpunkt zu kommen. Deshalb bin ich so dankbar für jede Dialog-Runde, die ich erleben darf.

Was ich mir vom Dialog noch erhoffe

Personal Mastery, d. h. einen permanenten Übungsweg, angeregt durch den Dialog mit anderen, im Dialog mit mir selbst.

Ein Zitat von David Bohm spricht mich sehr an und schließt wieder den Kreis zum Beginn meiner Betrachtungen über die innere Haltung in der Meditation:

„Wir kommen der Wahrheit nicht durch Meinungen näher, sie muss aus etwas anderem zum Vorschein kommen - vielleicht aus einer freieren Bewegung des stillschweigenden Geistes“.

Was bedeutet das für mich?

Ich bin wach, präsent, schaue die Welt nicht an durch die Brille dessen was ich denke oder durch die Brille meines Wertesystems, sondern habe einen freien Geist, der neugierig dem Leben auf der Spur ist, aber nicht mehr irgend einem Modell verhaftet. Ich höre auf zu leben wie ich denke und fange an wahrzunehmen, wie es mir im Moment geht. Und wenn dieses Bewusstsein da ist, im stillschweigenden Geist, dann kann ich hören wie die Seele spricht. Sie spricht zu mir über Gefühle, über energetische Körperströme, über Phantasien, innere Bilder und Träume, spontane Einfälle, vertrauenswürdige innere Stimmen und manchmal ist es auch der Zufall. Alles in allem: In diesem Zustand der ruhevollen Wachheit erinnere ich mich daran, „dass ich weiß“, wenn auch immer mit einem letzten kleinen Rest „kreativer Unschärfe“.

Die Versperrung meines Lebens durch zahlreiche Identifikationen kann sich lösen und Selbstregulierungskräfte kommen in Gang.

Dieser Zustand steht im Moment noch als Orientierung im Raum, aber ich spüre meine Sehnsucht danach.

„An der höchsten Spitze des menschlichen Bewusstseins sind Liebe und Weisheit eins.“
Piero Ferrucci

In meiner jetzigen Lebensphase, in der es für mich auch um Sinnfindung geht, ist es für mich wichtig, dass ich etwas habe, was meine eigene Existenz übersteigt und wofür ich einmal gelebt haben möchte.

Überall dort, wo es ein Über-sich-hinaus-Denken gibt, scheint es auch Lebenssinn zu geben. Ich möchte mich nicht selbst als einziges Interesseobjekt wählen und nur um mich kreisen wie ich das von einigen etwas älteren Menschen kenne, sondern mich als Glied in einer langen Kette spüren. Dieses Gefühl von Verbundenheit nimmt mir auch meine Angst vor dem Unwägbar.

(Vielleicht sollte ich über Dialog in der Senioren-WG nachdenken.)

Manchmal habe ich auch Angst, nicht mehr genügend Zeit zu haben, um alles schaffen zu können, was ich mir noch vorgenommen habe.

Was ich aber für mich selbst versuchen und auch gerne mit anderen teilen möchte: Im Zustand herzlicher Verbundenheit, „Gegenwartsmomente“ erleben, Augenblicke, in denen sich die Welt langsamer zu drehen, manchmal sogar die Zeit still zu stehen scheint. Genau das habe ich immer wieder im Dialog erlebt und ich denke:

Das Gefühl, keine Zeit zu haben ist proportional dem Gefühl, nicht bei sich selbst zu sein.

Vielleicht gelingt mir dann auch, was Ulla Pfluger-Heist beschreibt:
Die Haltung des einen Herzens zu erwerben und zu üben, „so dass der
Quantensprung geschehen kann: Vom „Wissenden“ hin zum offenen Anfängergeist
eines Lernenden, vom „Rechthabenden“ zum wirklichen Zuhören in radikalem
Respekt vor der anderen Person, vom „Reagieren“ zum „In-der-Schwebe-halten“ der
eigenen Reaktion auf den anderen und vom „Belehren“ hin zum „Sprechen von
Herzen“. (S. 156)

Bei ihr fand ich auch folgende kleine Geschichte, die ich sehr tröstlich finde:
Naomi Rachel Remen, eine amerikanische Psychosynthese-Therapeutin die
Assagioli noch persönlich kannte, klagte im inneren Dialog „Assagioli“, den sie als
Symbol für ihre innere Weisheit gewählt hatte, ihr Leid: „Ich habe meine
Lebensaufgabe nicht zu Ende geführt.“
„Assagioli“ sah sie im inneren Bild mit jenem Lächeln an, das auf vielen Fotos zu
sehen ist und das seine Biografin dazu bewogen hat, ihn den „Vater der lächelnden
Weisheit“ zu nennen: „Ich auch nicht“. (S. 151)

Literaturangaben

Assagioli, R. (1978): Handbuch der Psychosynthese, Rowohlt, Reinbek

Parfitt, W. (1992): Psychosynthese, Aurum, Braunschweig

Natale, F. (1992): Lebendige Beziehungen, Simon + Leutner, Berlin

Möller, M. L. (2009): Die Wahrheit beginnt zu zweit, Rowohlt, Reinbek

Buber, M. (1997): Das dialogische Prinzip, Schneider, Gerlingen

Levine, S. (1999): Wege durch den Tod, Kamphausen, Bielefeld

Jung, C. G. (1929): Gesamtwerk Bd. 16,

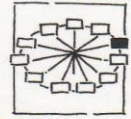
Pfluger-Heist, U. (2009): Mal sehen, was das Leben noch zu bieten hat, Herder, Freiburg

Yeomans, Th. (o.J.): Gruppenarbeit im spirituellen Kontext „Der Corona Prozess“,
Nawo Verlag, Rümlang

Bohm, D. (1998): Der Dialog. Das offene Gespräch am Ende der Diskussion, Klett-Cotta,
Stuttgart

Ferrucci, P. (1991): Werde, was du bist, Rowohlt, Reinbek

Zertifikat



Frau Inge Willwacher

hat in der Zeit von Januar bis Dezember 2006 an dem Seminar des Jugendamtes Dortmund:

ELTERN STÄRKEN - Ermutigung zum Dialog Ausbildung für Dialogbegleiter in der Elternarbeit

teilgenommen. Die Fortbildung umfasste 130 Stunden an 12 Seminartagen inklusive Durchführung eines Praxisprojekts.

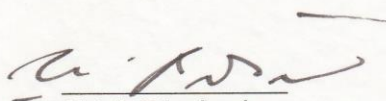
Thematische Schwerpunkte:

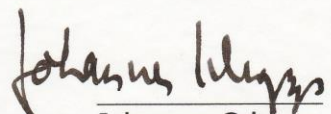
- ⌘ **Der ressourcenorientierte Ansatz/ Salutogenese (A. Antonovsky)**
Wie begleiten wir Eltern auf der Suche ihrer eigenen Potentiale?
- ⌘ **Das Modell der fünf Lernebenen (W. Reifarth, J. Schopp)**
Wie der Dialog die unterschiedlichen Schichten der Menschen erreicht
- ⌘ **Wie entwickle ich eine dialogische Haltung? (M. Buber)**
Worin besteht die Qualität einer Begegnung?
- ⌘ **Grundsatzfragen der Begleitung von Dialogen mit Eltern (M. Buber, M. Hartkemeyer und F. Dhority)**
Einübung und Vertiefung wichtiger Kernfähigkeiten für den Dialog
- ⌘ **Erkennen und Reflektieren eigener Stärken (A. Antonovsky, V. Satir)**
- ⌘ **Mit „angemessen ungewöhnlichen Fragen“ zu neuen Antworten kommen (T. Andersen, W. Palmowski)**
- ⌘ **Durchführung von Dialogwerkstätten bzw. Elternseminaren vor Ort**

Leitung der Ausbildung:

Johannes Schopp, Dipl.-Sozialarbeiter, Dialogprozess-Begleiter (Facilitator),
Entwickler des Konzepts ELTERN STÄRKEN

Dortmund, den 05. Dezember 2006


Ulrich Bösebeck
Leiter des Jugendamtes


Johannes Schopp
51/4 Fachreferat Elternbildung

Stadt Dortmund
Jugendamt





ZERTIFIKAT

Frau Inge Willwacher

hat an der Weiterbildung zum/zur

Dialogbegleiter/in

**Befähigung zur Durchführung von dialogischen
Seminaren - Beratung - Teamfortbildungen**

nach dem Konzept

ELTERN STÄRKEN - ERMUTIGUNG ZUM DIALOG

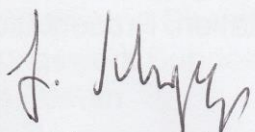
vom 05.10.2009 bis 11.06.2010

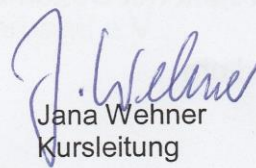
mit Erfolg teilgenommen.

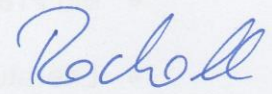
Sie ist berechtigt, Dialogbegleiter/innen auszubilden.

Frankfurt am Main, den 11. Juni 2010


Uwe Weppeler
Geschäftsführer


Johannes Schopp
Kursleitung


Jana Wehner
Kursleitung


Maria Rocholl
Bildungsreferentin

Thematische Schwerpunkte

- Grundsatzfragen in der Begleitung von Dialogen
- Die dialogische Haltung als Basis
- Einübung / Vertiefung der 10 Kernfähigkeiten für die Dialogbegleitung
- Das Modell der fünf Ebenen im Dialog
- Der ressourcenorientierte Ansatz / Salutogenese
- Durchführung einer Dialogwerkstatt
- Durchführung eines Praxisprojekts als Bestandteil der Abschlussarbeit

Die Weiterbildung umfasste

- 130 Unterrichtsstunden
 - 05.-09.10.2009 in List / Sylt
 - 18.-22.01.2010 in Schwerte
 - 07.-11.06.2010 in List / Sylt
- ein Praxisprojekt mit Dokumentation, Präsentation und Reflexion
- Literaturstudium

Leitung der Weiterbildung

Johannes Schopp

Diplom-Sozialarbeiter, Erwachsenenbildner,
Referent für Elternbildung im Jugendamt Dortmund
und Entwickler des Konzeptes
ELTERN STÄRKEN, Ausbilder von
DialogbegleiterInnen nach dem gleichnamigen
Konzept, freier Autor

Jana Wehner

Diplom-Sozialpädagogin, Erzieherin,
Erwachsenenbildnerin, Entwicklerin des
Ausbildungskonzeptes für DialogbegleiterInnen nach
dem Konzept ELTERN STÄRKEN

Verantwortliche Bildungsreferentin

Maria Rocholl, Diplom-Pädagogin
Referentin für Familien- und Elternbildung
Paritätisches Bildungswerk Bundesverband e.V.,
Frankfurt am Main / Berlin

Leitung der Weiterbildungsprojekte

Das Projekt wird durch die Projektleitung geleitet, die die Verantwortung für die Umsetzung des Projekts trägt. Die Projektleitung ist für die Koordination der verschiedenen Projektteams und die Kommunikation mit den Auftraggebern zuständig. Die Projektleitung ist auch für die Berichterstattung über den Projektfortschritt und die Einhaltung des Zeitplans verantwortlich.

Die Weiterbildungsprojekte

Die Weiterbildungsprojekte sind in drei Phasen unterteilt: 1. Analyse der Ausgangslage, 2. Entwicklung der Bildungsmaßnahmen und 3. Umsetzung der Bildungsmaßnahmen. In der ersten Phase wird die aktuelle Situation analysiert und die Ziele der Weiterbildungsprojekte festgelegt. In der zweiten Phase werden die Bildungsmaßnahmen entwickelt und in der dritten Phase umgesetzt.



Heinrich-Hoffmann-Straße 3, 60528 Frankfurt