

## Haltung und Verbundenheit

Ich bin gebeten worden das Thema der professionellen Haltung systemischer ProzessgestalterInnen insbesondere unter den Aspekten der Wahrnehmung, der Präsenz, der Intuition und der Achtsamkeit zu beleuchten. Das tue ich gern – und wechsele dafür zunächst die Perspektive. Habiba Krezmeier hat auf einer Fachtagung zu Prozessbegleitungsformen jüngst die Frage aufgeworfen, was *uns* hält. Ich möchte eine Antwort versuchen, die zugleich eine Antwort ist auf die Frage nach der Beschreibung unserer Haltung gegenüber den Menschen, die wir erlebnispädagogisch, naturtherapeutisch, beratend in die Natur begleiten – und weise darauf hin, dass systemische Grundannahmen als eine Basis für unsere professionelle Haltung an anderen Stellen bereits beschrieben sind.

Mich hält: *Erfahrung, Ausbildung, Handwerkszeug*. Ich denke, es ist nicht zu unterschätzen, dass man eine ganze Reihe von Kompetenzen benötigt um Menschen in ihren jeweiligen Lebensmomenten und über mehrere Tage in der Natur unterwegs ein hilfreicher Ansprechpartner zu sein. Während die Outdoor-Skills grundsätzlich zum Einsatz kommen, begreife ich die erlebnispädagogischen und naturtherapeutischen Methoden bzw. Interventionen vor allem als einen Pool von Möglichkeiten, auf die ich im richtigen Moment zurückgreifen kann. Solide Ausbildungen sorgen dafür, dessen bin ich gewiss, dass Intuition und Fachwissen auf stille Weise miteinander im Bund sind.

*Der Auftrag*. Ich stelle mein Können, meine Erfahrung, meine Intuition, meine Wahrnehmung, in den Dienst des Auftrags. Damit verbunden ist die Vereinbarung eines Zieles. Die Ausrichtung gibt der gemeinsamen Arbeit eine unsichtbare Struktur.

*Die fortschreitende Arbeit*. Mit dem Moment des Arbeitsbeginns, sei es in der Einzelbegleitung oder im Rahmen einer Gruppenunternehmung, entsteht „etwas“, von dem am Anfang niemand weiß, was genau es sein wird und wie etwa Lösungen oder hilfreiche Erfahrungen aussehen werden. Ich orientiere mich von Augenblick zu Augenblick. Manchmal sind Umwege sinnvoll, mitunter hält man inne und kreist ein wenig, bis es wieder weitergeht und dann gibt es diese Momente, in denen sich plötzlich etwas spürbar verdichtet oder deutlich herausbildet. Oft erschließt sich der Spannungsbogen oder die Form erst am Ende. Auch wenn ich gestaltend einwirke, den Boden mit bereite, den Rahmen setze und wahre, Methoden nutze, kognitiv und selbstreflexiv agiere, erlebe ich mich als Teil eines Prozesses, dem ich mich hingeebe.

*Die Verbundenheit mit der Umgebung*. „Die Welt schaut nicht nur, sie hört auch zu“, schreibt Gary Snyder in seinem Buch „Lektionen der Wildnis“ (31). Es scheint mir regelmäßig, als nähme die Umgebung wahr, welche Arbeit dort im Wald oder an der Meeresküste ihren Lauf nimmt. Meine Wahrnehmung gilt den Klienten und der Natur – etwas vereinfacht gesagt. Ich deute nicht, ich nehme gewissermaßen leichthin wahr und fühle mich verbunden, am rechten Platz, das ist es zunächst. Und irgendwann wird eine Wahrnehmung, sei es die der anderen oder die eigene oder

beides, zu einem bedeutsamen Indiz. Bedeutsam ist es vor allem dann, wenn es für mein Gegenüber bedeutsam ist.

*Raum und Zeit.* Geografisch gesehen macht der Raum einen Teil einer Landschaft aus. Darin sorgen wir in der Begleitung zu gegebenen Zeiten für die (vorübergehende) Installation kleinerer Räume, einen Kochplatz, einen Platz am Feuer, Gebiete für Schlafplätze, Orte für eine methodische Anleitung etc. Wenn man sich in der Wahrnehmung der Umgebung übt und die Bewegung der Menschen hinzu nimmt, dann hat man häufig den Eindruck, als würden die Räume in diesem Miteinander von Natur, TeilnehmerInnen, Begleitung buchstäblich entstehen, zumindest tauchen sie auf. Oft erschließen sich durch markante Übergänge in der Bodenbeschaffenheit oder in der Flora Tore und Übergänge in den nächsten Raum. Die vereinbarte Zeit gibt einen Rahmen. Darin wirken unterschiedliche zeitliche Gesetzmäßigkeiten. Nicht selten markieren prägnante Wettererscheinungen das Ende und den Beginn von Arbeitsphasen und Entwicklungsbögen. In manchen Momenten scheint die Uhrzeit in den Hintergrund zu treten zugunsten verdichteter Momente, die mitunter als zeitlos oder als „ewige“ Zeit erfahren werden. Erfahrung und Vertrauen schenken die Gewissheit, dass sich zum richtigen Zeitpunkt Themen deutlich zeigen und Ressourcen und Lösungshinweise greifbar sind.

Die Eingebundenheit in Raum und Zeit und in einen größeren Kontext geht einher mit einem *Grundgefühl des Vertrauens*. Vertrauen in das Leben, in Klienten und TeilnehmerInnen, zu dem Kollegen, in die Arbeit, in den Moment, Vertrauen auf mögliche Lösungen, heilsame Wendungen, in die Erfüllung und Erfüllbarkeit des Auftrags. Ich fühle ein großes Vertrauen, wenn ich mit meinem Gegenüber in die Arbeit einsteige, dann entwickelt sie sich auch zu einem nächsten Schritt hin. Auch die Empfindung von *Liebe* in einem umfassenden Sinn wäre ein Wort, Liebe zur Arbeit, zum Leben, zu den Menschen, zum Wald usw., ein Wort, das sich im professionellen Kontext nicht so leicht schreibt. Was sich leichter schreibt ist *Würde*. Ein wesentlicher Punkt scheint mir zu sein, Menschen in ihrer ureigenen Würde zu sehen, zu sehen, was sie im Kern ausmacht. In den Arbeiten, die draußen unterwegs anfallen, kommt diese Würde oftmals zum körperlichen Ausdruck. Es gilt, Raum dafür zu lassen.

### **Erwartungslose Achtsamkeit**

„An der Schwelle die Schuhe ausziehen“, so der prägnante Titel einer Aufsatzreihe von Guni Baxa und Christine Essen, den ich mir leihe als Sinnbild für ein weiteres Element unserer Haltung beim Betreten von Räumen, in denen wir beruflich unterwegs sind. Wir betreten sie so, als seien es Räume, in denen etwas für Kunden, Klienten, Gruppen Bedeutsames geschehen mag. Wir betreten sie in dem Glauben, dass es dort möglicherweise Resonanz gibt auf uns, auf unsere Haltung, auf die Themen, mit denen Menschen sie betreten. Bedeutsamkeit lässt sich nicht versprechen, nicht für andere machen und ich denke, man tut gut daran, nicht den Anspruch aufkommen zu lassen, es müsse etwas Bedeutsames geschehen. Eine passende Formulierung könnte sein: Die Ermöglichung von Bedeutsamkeit bei völliger Erwartungslosigkeit. Dabei kann das Bedeutsame sich in einer schlichten und notwendigen Tätigkeit einstellen, beim Holz sammeln, beim Feuer schüren, beim Kochen, beim Spannen der Plane, die sich in den Wald einfügt.

In der Regel beginnen wir damit, Ziel, Ausrichtung, Hinwendung oder Widmung – all das scheinen mir passende Begriffsangebote – von Kunden zu hören, sie ggf. bei der

Formulierung methodisch zu unterstützen. Sind diese Ausrichtungen deutlich geworden, werden sie von uns Prozessbegleitern gehört und im Raum gehütet, so ist es in der folgenden Phase förderlich, gedanklich nicht auf Ziele und Ergebnisse fixiert zu sein, schon gar nicht auf ganz bestimmte. Was folgt, lässt sich vielleicht beschreiben als unkonzentrierte Konzentration; die Wahrnehmung – der Menschen und ihrer Taten, der Phänomene der Umgebung, auch der eigene Körperphänomene – geschieht im Licht der vereinbarten Arbeit und in der Offenheit für alles andere, was dazugehören mag.

Es ist eines der vielschichtigen Momente der Arbeitshaltung: Das Ziel bewahren, der Ausrichtung folgen und dennoch ohne gedankliche Festlegung auf ein Ergebnis, sondern vielmehr „absichtslos“ arbeiten, kein bestimmtes Ziel für die Menschen, mit denen wir zu tun haben, zu „wollen“ – so gut meinend es sein mag; auch Menschen, für die wir tätig sind, diese absichtslose Hinwendung zur Welt ermöglichen, die zusammen mit einer Vertiefung in die Tätigkeit des Moments zu wesentlichen Erfahrungen und Bildern führt. Nicht wollen, sondern tun und sehen, was entsteht.

Ein üblicher Begriff für diesen Aspekt der professionellen Haltung ist Ehrgeizlosigkeit in Bezug auf das Ergebnis (dabei versteht sich, dass man seine Arbeit so gut wie möglich macht und zufriedene Kunden wünscht). Weitere übliche Begriffe für diese Haltung sind „Bescheidenheit“, „Demut“, „Zurückhaltung“.

### **Von Intuition und Präsenz**

*Intuition* ist im Duden-Herkunftswörterbuch als „Eingebung, ahnendes Erfassen“ beschrieben, es leitet sich im 18. Jahrhundert her aus dem mittellateinischen *intuitio*, das mit „unmittelbarer Anschauung“ übersetzt wird. Das Adjektiv *intuitiv* drückt folglich aus: „durch unmittelbare Anschauung (nicht durch Denken) erkennbar; auf Eingebung beruhend“. Die Nähe zu einer Wahrnehmung, die wir als phänomenologisch bezeichnen, ist augenfällig. Phänomen meint im wörtlichen Sinne: Das was erscheint, das was klar vor uns liegt. In der Phänomenologie geht es darum, *zu den Sachen selbst* zu gelangen. Vorurteilsfreies Sehen und Beschreiben nennt das Handwörterbuch der Philosophie als allgemeinste Formulierung.

Intuition ist, bezogen auf die Arbeit, nicht beliebig. Vielleicht lässt sich von einem Reservoir für die Intuition sprechen, das sich speist aus den Erfahrungen aller Beteiligten, aus dem, was gesagt wurde, aus der Verbindung von Menschen zu Geschichten, seelischen Feldern. Intuition setzt voraus eine wachsame und „leere“ Präsenz, ein „Leerwerden des eigenen Selbst“, wie es nicht nur Snyder (34) beschreibt. Wieder ein scheinbares Paradox. Die Fülle von Verbindungen zu Erinnerungen, Erfahrungen, mythischen/archetypischen Bildern kann der Intuition durchaus dienen, wenn sie im Hintergrund bleiben.

In der Sekunde, wenn die Arbeit beginnt, bin ich vollkommen gegenwärtig, ich bin frei und in dem Sinne „leer“, dass meine eigenen Erwartungen, Gedanken, Bilder in diesem Moment woanders sind und Offenheit sich einstellt. Alles, was sich dann entwickelt, was ich höre, sehe, aufnahme von einer Kundin, ihren Reaktionen auf die Umgebung usw. fließt durch mich durch, manchmal bleibt es eine Weile, vermischt sich irgendwo wie in einer Waschmaschine und plötzlich taucht daraus ein „Wäschestück“ empor (ins Bewusstsein) – die nächste Idee. Das Übrige bleibt vielleicht noch in der Nähe, ich denke nicht bewusst daran, in einem Moment ist es plötzlich wieder da. Für Gehörtes insbesondere passt manchmal auch das Wort

„Filtern“, meine Ohren filtern etwas heraus. Plötzlich bin ich „näher dran“, ein Teil von mir taucht in eine tiefere Schicht ein, und ich finde Sätze, die das Destillat sind von dem, was ich bis dahin gehört habe.

Meistens sind die Ideen „einfach da“, von einem Moment zum nächsten, im richtigen Moment, bei Klienten, bei mir. (Es gibt durchaus auch längere Phasen der Unbestimmtheit und es kann sein, dass ich wenige Minuten zuvor nicht die geringste Vorstellung hatte, was zu tun sein wird.) Sie kommen aus dem Raum der jeweiligen Arbeit.

Auch hier ist die Haltungskunst scheinbar paradox: Wahrnehmen ohne Anstrengung, ohne Fokussierung. Nicht beobachten und werten, sondern so wahrnehmen, dass sich etwas, vielleicht noch scheu, zeigen kann. Auch so hören. Hinhören und auch weghören. Gehörtes in Bewegung entlassen, so, dass es wiederkommen kann.

Mit der Intuition verbindet sich der Aspekt des Zugreifens. Im richtigen Moment gilt es, einer Intuition zu vertrauen und sie in Taten umzusetzen, das heißt vielfach, Klienten den Raum zu eröffnen, ihren Intuitionen zu vertrauen und sie zu einer Tat anzuregen, sodass sie ausprobieren können, ob die Richtung stimmt.

### **Natur als Lehrmeisterin**

„Die Umgangsformen der wilden Welt fordern nicht nur Großzügigkeit, sondern auch eine gewisse humorvolle Zähigkeit, die freundlich Unbequemlichkeiten erwägt, eine Anerkennung der eigenen Zerbrechlichkeit und eine gewisse Bescheidenheit.“ (Snyder, 33) Diese in der amerikanischen Wildnis gewonnene Erkenntnis hat auch für das Unterwegssein in kultivierten mitteleuropäischen Wäldern Aussagekraft.

Kulturen, die naturverbunden leb(t)en, haben enge Verbindungen zur Landschaft. Spirituelle Grundhaltungen, die daraus entstehen, weisen Ähnlichkeiten auf zu Haltungen systemischer Prozessbegleitungsformen in der Natur. Spirituelle Offenheit und Verbundenheit ist sicher nützlich in unserer Arbeit. Wenn wir die Umgebungsnatur mit dieser Offenheit für ihre möglichen Wirkungsdimensionen (in aller denkbaren Vielfalt) betreten, dann mag das auch den Boden bereiten, dass andere ihn so begehen können und die (ausgerichtete) Bewegung in der Landschaft auf größtmögliche Vorräte für die passende Antwort, den sicheren nächsten Schritt oder die Verbundenheit mit einem Grundvertrauen trifft.

*Ich danke Reto Bühler für die Balkongespräche, Überlegungen und Formulierungen daraus sind in diesen Text eingeflossen.*

Autorin:

Bettina Grote, Dr. phil., Berlin, systemische Beraterin und Naturtherapeutin,  
Lehrtrainerin Systemische Prozessgestaltung in der Natur (Nordostdeutschland)  
<http://www.systemische-prozessgestaltung.de>

Literaturtipp:

Gary Snyder: Lektionen der Wildnis. Berlin 2011.