

Können wir Wachstum erlauben?

Gedanken zu Grundlagen der Prozessbegleitung in und mit der Natur

von Astrid Habiba Kreszmeier

1. Welcherlei Wachstum?

„Was braucht es, um Menschen in ihren Wachstumsprozessen begleiten zu können?“, ist die erste Frage, die mir Hendrik Hadlich von der Arbeitsgemeinschaft Jugendfreizeitstätten Sachsen e.V. (AGJF) stellt. Das ist eine gute und berechtigte Frage und dennoch löst das Wort „Wachstum“ ein Zögern in mir aus. Dieses kraftvolle Wort ist in unserer Welt zu einem Monstrum geworden. Die vorherrschenden Ideen von Wachstum sind Schlüssel zu Wohlstand und Entwicklung aber gleichermaßen zu Ausbeutung, Maßlosigkeit und Wettkampf geworden. Die mit ihm verbundenen Attribute „schneller, mehr, besser, erfolgreicher, vernetzter, gehener, einflussreicher etc.“ haben wir seit langem internalisiert. Im „Wachstum“ liegt viel Licht, aber mindestens soviel Schatten – das gilt nicht nur für politische, ökonomische oder ökologische sondern

auch für individuelle Wachstumsprozesse. Deshalb lohnt es sich, inne zu halten und zu fragen: „Welcherlei Wachstum wollen wir begleiten und nach welcher Wachstumsbewegung trachten wir selbst?“

Die folgende Antwort schreibe ich in aller Bescheidenheit und im Vertrauen, dass das Prinzip vom kooperativen Wachstum seinen Weg finden wird. Um Menschen heutzutage verantwortungsvoll in und mit der Natur zu begleiten, braucht es vielleicht zuallererst Verbundenheit mit einem Wachstumsbegriff, der der Natur gerecht wird. Im Telegrammstil skizziert heißt das: Ein solcher Begriff beschreibt die Freude am pulsierenden Rhythmus des Lebens, die Achtung vor der Diversität und dem wundersamen Gleichgewicht des Lebendigen. Werden zudem Ressourcen und kooperative Angebote des Umfeldes wahrgenommen, geschieht Wachstum

buchstäblich „von Natur aus“, also ganz selbstverständlich.

Wenn wir Menschen unter diesen Prämissen in ihrem Wachstumsprozess begleiten, dann – so unsere Erfahrung – finden Menschen ihre guten Lern-Grenzen selbst. Helfende Kräfte kommen hinzu und tragen dazu bei, dass sich diese Grenzen auf natürliche Weise ausdehnen. Dabei ist Wachstum in alle Richtungen möglich: Manchmal ist auch Verkleinerung Wachstum, manchmal ist Vertiefung Wachstum. Manchmal ist Stillstand Wachstum und manchmal ist Vergrößerung oder Vermehrung Wachstum. Ein solches „organisches“ Lernen hält die „Nachteile“ von Veränderung, die es vermutlich auf die eine oder andere Art immer geben wird, in einem guten Maß. Entscheidend ist, dass Wachstum in einem weiten Sinn des Lernens im weiteren Lebensverlauf wirksam wird, für den Einzelnen und für sein Lebensumfeld – und das mit Nachhaltigkeit.

2. Erlaubnisraum ist Schutzraum

„Mit welcher Haltung und mit welchen Kernkompetenzen kann man sich eine wirksame Prozessbegleitung im Lernraum Natur erlauben?“, lautet die zweite, ebenso gute Frage der Tagungsveranstalter, die mich dazu anregt zu fragen: „Was steckt hinter der Idee von Erlaubnis?“

Die Erlaubnis ist eine Bedingung im Raum, die einem bestimmten Handeln Zustimmung schenkt und Recht zuspricht. Erlaubnis gewährt folglich Schutz. Eine Voraussetzung für Erlaubnis ist Vertrauen. Nur wer vertraut, kann erlauben. Nur wer sich selbst vertraut, kann sich selbst etwas erlauben. Weil das aber eine komplexe und im eigentlichen Sinn nicht bis ins Letzte messbare Dynamik ist, hat in unserer Gesellschaft die kognitive Regelung der ganzheitlichen Erlaubnis schon lange den Rang abgetreten. Die fortschreitende Schnell-Akademisierung im Bildungsmarkt sozialer und pädagogischer Arbeit, die alle humanistischen Errungenschaften ignorierenden Finanzregelungen von pfliegerischen Tätigkeiten, sind folgenreiche Beispiele dafür.

Der Lernraum Natur ist „marktwirtschaftlich“ – hier nun glücklicherweise – von so





geringer Bedeutung, dass in ihm Prinzipien von Erlaubnis, Ethik, Selbst-Ermächtigung, Schutz und Vertrauen noch zur Diskussion gestellt werden und die nahezu alles bestimmende Sicherheitsdiskussion zwar geführt aber nicht zur ultimativen Regelung erhoben wurde.

Neben einer spezifischen Aus- bzw. Weiterbildung, die uns darin schult, uns achtsam und souverän in der Natur aufzuhalten, neben einer vielseitigen methodischen Kompetenz, die uns und unseren Klienten Spielraum gibt, sowie einer sich selbst und das eigene Handeln reflektierenden Wahrnehmung, erscheinen mir – inspiriert durch ein Gespräch mit einer guten Freundin – folgende drei Kernkompetenzen einen guten Boden für Erlaubnis und Schutz im Naturraum zu bilden. Dass es

sich dabei um menschliche Kompetenzen handelt, die auch außerhalb des professionellen Kontextes hilfreich sind und die fortwährende Übung brauchen, sei nur am Rande erwähnt.

Im Körper leben – Im Herzen vertrauen
– Im Denken ruhen

Mit Menschen in der Natur arbeiten verlangt Gegenwärtigkeit und Beweglichkeit. Je mehr ich meinem Körper verbunden bin und ihn zu nähren verstehe, umso gelassener kann ich den Lernraum halten, in dem Menschen ganzheitliche Erfahrungen machen. Das hat nichts mit sportlicher Tüchtigkeit noch mit Body-Styling zu tun, sondern mit einer Lebenshaltung und -erfahrung, die in der aktuellen Digitalisierung und Virtualisierung von Lebenswelten vom Aussterben bedroht ist. Ein vertrau-

endes Herz kann dem Leben, so wie es ihm begegnet, zustimmen. Wenn es große Widersprüche oder Ungerechtigkeiten wahrnimmt, sucht es nach Lösungen und Veränderung. Sein Grundtonus strahlt Wertschätzung und Wohlwollen aus, es fühlt sich liebevoll der Welt verbunden. Ein vertrauendes Herz ist eine psychische und seelische Verfassung, für die wir uns engagieren können und die jenen Menschen, die uns anvertraut sind, großen Entwicklungsraum bietet.

Prozessbegleitung ist immer auch Sprachbegleitung, selbst wenn wenig gesprochen wird: Die Qualität unseres Denkens wirkt in den Prozess hinein. Deshalb ist neben dem lebendigen Körper und dem vertrauenden Herzen, das ruhende Denken oder auch ein stiller Kopf eine ungeheure Ressource. Ein Denken, das sich in Plappern ergießt, sich selbst immerfort (dieselben) Geschichten erzählt, vermag kaum den anderen zu hören, wertschätzende Informationen zu generieren und das auszusprechen, was den anderen wirklich betrifft.

3. Naturtherapeutische Prozesse – Prinzip Selbstheilung

Schließlich sind wir eingeladen von unserer Arbeitspraxis zu erzählen: Immer schon war uns das prozesshafte Vorgehen im Lernprozess ein Anliegen. Wir (hier spreche ich in Folge von Hans-Peter Hufenus und mir) waren und sind davon überzeugt, dass sich für unsere Kunden das „Wesentliche“ aus dem jeweiligen Moment heraus erschließt. Wir können es weder durch ein Programm noch durch eine Methode herzaubern.

Freilich rahmt der jeweilige Auftragskontext unser professionelles Handeln und wir üben uns stetig in der Reflexion von Wahrnehmung und Sprache. Dennoch: Menschen, die mit uns in die Natur kommen, erleben eine Begleitung, die fürs erste radikal „nichts weiß“ und „nichts will“. Wir wissen nicht, was für den anderen gut ist, wir wissen schon gar nicht, was er alles tun wird oder gar tun soll. Wir wollen zunächst auch weder etwas wissen noch wollen. Vor allem wollen wir nicht, dass der Kunde irgendwie anders werden soll, als er ist. Wir machen uns genau genommen planlos auf die Reise. Diese



„Planlosigkeit“ hat uns schon manche Irritation eingebracht und ehrlich gesagt: Es ist auch eine wirklich komplizierte Phase; nicht nur für die Kunden, auch für die Begleiter. Hier sind die oben beschriebenen Kernkompetenzen besonders gefragt. Nur so kann das System, das wir miteinander bilden, der Spur des Klienten folgen und nicht jener des Begleiters.

Wenn diese Leere unseren Kunden und uns nicht schon viel Heilsames und Lehrreiches geschenkt hätte, dann hätten wir schon lange damit aufgehört und würden diese Arbeitsweise erst recht nicht weitergeben! In dieses „Nichts-wissen und Nichtswollen“ tritt nämlich meist eine Qualität von Dichte, von Emotionalität, Ergriffenheit und Erinnerung, die sich aus der Begegnung zwischen Mensch und Natur erschließt und die den Kunden oder Klienten in seiner „Autopoiese (Selbst-Organisation)“ zu einer Lernerfahrung führt, die für ihn optimal zugeschnitten ist. Dieses Verfahren ist die vom Leben und der Natur geschenkte Choreografie seines Wachstums. Nicht wir als Leiter führen die Klienten dorthin. Wir hindern sie nur nicht daran, dorthin zu gelangen.

Nachdem wir viele Jahre phänomenologisch erforschen konnten, welche Geschehnisse in den verschiedenen Naturräumen gerufen werden, haben wir langsam Rückschlüsse zwischen Lebensthemen, Naturräumen und elementaren Kräften gezogen und eine „Systemische Naturtherapie“ daraus entworfen.

Literatur

- Essen, S. (2011). *Selbstliebe als Lebenskunst*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
- Maturana, H., Varela, F. (1990). *Der Baum der Erkenntnis*. München: Scherz.
- Kreszmeier, A. H., Hufenus, H.-P. (2000). *Wagnisse des Lernens*. Bern: Haupt.
- Kreszmeier, A. H. (2008). *Systemische Naturtherapie*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
- Grote, B., Kreszmeier, A. H., (2010). *Whitepaper Naturtherapie*. www.nature-and-healing.ch/fileadmin/dateien/snt_whitepaper.pdf (aufgerufen am 13.07.2011)
- Thomas, K., Kreszmeier, A. H. (Hrsg.) (2007). *Systemische Erlebnispädagogik*. Augsburg: ZIEL.
- Zuffellato, A., Kreszmeier, A. H. (2007). *Lexikon der Erlebnispädagogik*. Augsburg: ZIEL.

Autorin

Astrid Habiba Kreszmeier, geb. 1964, Österreicherin, lebt in Zürich und Appenzellerland, CH

Diplompädagogin, Beraterin BSO CH, Lehr- Psychotherapeutin ÖAGG AT, Mãe de Santo (Orixá-Tradition Brasil-Europa), Autorin und Referentin.

Aufbau und langjährige Leitung des Instituts planoalto. Mit-Entwicklung der Arbeitsweisen „Systemische Erlebnispädagogik“ und „Systemische Naturtherapie“. Nach der Generationen-Übergabe von planoalto heute in „nature & healing“ und „Terra Sagrada“ tätig. www.nature-and-healing.ch, www.terrasagrada.info



Reflexionen systematisch gestalten!

Stoherst Du noch oder reflektierst Du schon mit System?

Unser Service:

- fundierte Ausbildungsreihen: flexibel und refinanzierbar
- Reflexions-Workshops und Inhouse-Seminare
- OnlineShop für Trainings- und Reflexionsmedien
- ERCA-[Nach-]Zertifizierung für Ropes Course Trainer

Internationaler Kongress
erleben und lernen
Preisträger 2010

Darüber hinaus suchen wir Trainer in Norddeutschland für die Durchführung von Trainings.

KOMM.aktiv?
Training

Diplom Sozialpädagoge (FH) Roland Florin
Marktstraße 18 | 33039 Nieheim
Tel. 05274 9529077 | r.florin@kommaktiv.de

Diplompädagoge Jörg Friebe
Mindener Str. 31 | 30890 Barsinghausen
Tel. 05105 5139987 | j.friebe@kommaktiv.de

www.kommaktiv.de