

„Leben lernen“

durch die Grundkurse für Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Albert Höfer

ULLA SINDERMANN

Können die Grundkurse in Integrativer Gestaltpädagogik und Heilender Seelsorge nach Albert Höfer eine „Schule des Lebens“ sein? Dieser Frage möchte ich anhand der Kompetenzen nachgehen, die als Ziele der „Höfer-Kurse“ angegeben werden.

Die personale Kompetenz

Die Grundkurse ermöglichen es den Teilnehmenden, durch Gewährsein¹, Kontakt und Beziehung zu sich selbst und den anderen in der Gruppe, die Selbsterkenntnis zu vertiefen und sie können dadurch eine Selbstveränderung in Richtung einer heilen (christlichen) Existenz anbahnen, die auch die Schattenseiten des Lebens umfasst. Dies geschieht vor allem durch Imaginationen/Fantasiereisen, in denen die Teilnehmenden bereits Vorstellungen, Bilder und Visionen entwickeln, die in kreativen Methoden umgesetzt werden und ihren Ausdruck finden. In der Weiterarbeit z.B. an der Baumgestalt², der Tonfigur oder der Maske können – begleitet von den Trainer:innen und unterstützt vom wertschätzenden Feedback der anderen Teilnehmenden – erste Schritte zur Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit getan werden bzw. sie geschehen dadurch. Ein besonderer Schwerpunkt der Gestaltkurse nach Albert Höfer liegt gerade in der Selbsterfahrung. Gut geschulte Trainer:innen begleiten kompetent den Weg der Selbsterfahrung und der Persönlichkeitsentwicklung jedes einzelnen. „Entdecke, was dir möglich ist“ wird vielfach als Kurzformel der gestaltpädagogischen Grundkurse gesehen und damit wird gerade diese persönliche Erweiterung und Weiterentwicklung

angedeutet. Für die Gestaltpädagogik ist die Persönlichkeit der Lehrpersonen, ihre Kontakt- und Beziehungsfähigkeit³ der Schlüssel zu einem erfolgreichen Lernen und zur Weiterentwicklung der Schule, deshalb wird auf sie ein besonderes Augenmerk gelegt.

Die fachliche Kompetenz

Der Grundkurs will Einsicht in die Komplexität der Lernvorgänge und die sich daraus ergebenden didaktischen Konsequenzen für einen ganzheitlichen und persönlich bedeutsamen Bildungsprozess vermitteln. Dies geschieht in erster Linie, indem sich die Teilnehmenden selbst als Lernende in einer Gruppe erleben und erfahren und so von innen heraus die Komplexität von Lernvorgängen, die persönlich bedeutsam sind, zu verstehen beginnen. In jedem Block des Grundkurses wird gezielt auch Theorie vermittelt, um das Erlebte und Erfahrenen reflektieren und einordnen zu können. Die Theorie umfasst neben der grundsätzlichen Einführung in die Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge, ihre Grundannahmen und Prinzipien auch Theorieeinheiten über die Schattenanteile jedes Individuums⁴ und über die Wege, mit diesem Schatten umzugehen, über die Grundformen der Angst⁵, über die Beziehungssysteme oder über gelingende Partnerschaft⁶, über Körper und Leiblichkeit, Lebens-, Beziehungs- und Konfliktmuster, aber auch theologische und pastorale Einblicke werden angeboten. Die Auseinandersetzung mit den Theorien ermöglicht eine Bearbeitung der Inhalte des Grundkurses auf der Metaebene.

Die soziale Kompetenz

Es wird die Wahrnehmung für Prozessabläufe in den sozialen Gebilden wie Gruppe, Schule, Arbeit und Gemeinde geschärft und die sich daraus ergebenden Möglichkeiten einer zielbewussten und verantworteten Interaktion bewusst gemacht. Für die Teilnehmenden ist es immer wieder überraschend, welche Entwicklungsschritte ihnen durch die Gruppe ermöglicht werden. Die Gruppe bildet einerseits einen geschützten Raum und zugleich ein Übungsfeld, um zu entdecken, was einem alles möglich ist. Durch Rückmeldungen wie „Du hast mir ermöglicht...“ gelangt dies auch in das Bewusstsein der Teilnehmenden. Im gemeinsamen Singen und Tanzen, Bibliodrama und Rollenspiel, in der Kleingruppenarbeit zu den kreativen Erzeugnissen (Glaubens- bzw. Lebensleppello, Baumgestalt, Maske, Tonfigur usw.) kann der/die Einzelne sich als Teil der Gruppe erleben, sich von der Gruppe getragen fühlen und zugleich seinen/ihren eigenen positiven Beitrag zur Gruppe leisten.

Die beratende Kompetenz

Im Grundkurs wird auch die Wahrnehmung der menschlichen Grenzen, Nöte, Krisen und Schwierigkeiten bei Kindern⁷, Jugendlichen und Erwachsenen, die Achtsamkeit für solche und die Einübung in eine verantwortete Hilfeleistung und Begleitung geschult. Das lernen die Teilnehmenden, zunächst indem sie sehen und reflektieren, wie die Trainer:innen in der Begleitung der Teilnehmenden und deren Nöten und Krisen umgehen und dann auch, indem sie sich gegenseitig in ihrem Entwicklungsprozessen begleiten und diese Beratungsprozesse reflektiert und supervidiert werden. Der achtsame und wertschätzende Umgang miteinander ist dabei ganz entscheidend. Die Würde des Einzelnen wird immer wieder betont.⁸ Die beratende Kompetenz wird innerhalb der Höfer-Institute in der Vorbereitung auf die B-Graduierung und in dem damit angestrebten Abschluss des Gestaltberaters/der Gestaltberaterin durch ein entsprechendes Cur-

riculum vertieft. Über eine Arbeitsgemeinschaft (ARGE-IGS) sind alle europäischen Vereine für „Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Albert Höfer“ miteinander verbunden und es wird durch die gemeinsamen Curricula ein einheitlicher Standard angestrebt, der zudem durch zwei EU-Marken rechtlich geschützt ist.

Die religiöse Kompetenz

Die religiöse Erfahrung und theologische Einsicht wird vertieft, zu einem mündigen Glauben, zu lebendiger Hoffnung und zu wachstumsfähiger Liebe wird hingeführt. Dies geschieht unter anderem dadurch, dass mit biblischen Erzählungen gearbeitet wird. In einem Block des Grundkurses wird das Heilsame der Jesusbegegnungen⁹ in den Mittelpunkt gestellt. Durch die Auseinandersetzung mit der Jakobsgeschichte¹⁰ wird im Bibliodrama erfahrbar, dass Gott auch „auf krummen Zeilen gerade schreiben kann“. Dies lässt neue Hoffnung aufkeimen, auch wenn der/die Teilnehmende gerade in einer recht ausweglosen Situation zu sein scheint. Es wird auch ein besonderer Zugang zur Spiritualität geschaffen, indem zum Beispiel der Körper und Leibarbeit mit einbezogen wird. Die Achtsamkeit, mit der der Einzelne mit sich selbst umzugehen lernt, führt zu einem sehr achtsamen Umgang auch im Miteinander, zuletzt auch zu einem achtsamen Umgang mit der ganzen Schöpfung. Das Singen der Psalmen ist fester Bestandteil der Integrativen Gestaltpädagogik nach Albert Höfer. Die Höhen und Tiefen des ganzen Lebens sind in diesen Texten enthalten, alle menschlichen Erfahrungen finden ihren Widerhall in den Texten der Psalmen. In den Gruppen werden am Ende eines Blockes immer auch besondere Gottesdienste gefeiert, der Prozess des ganzen Kurses fließt in die Gestaltung der Gottesdienste mit ein, die eigene Würde wird in Texten, Liedern und Tänzen ganzheitlich erfahrbar. Immer wieder nehmen auch Menschen teil, die keinen Bezug mehr zur Kirche oder zur örtlichen Gemeinde haben. Durch die Kurse finden einige einen neuen oder vertieften Zugang zu

Gott, sie erleben Jesus als Bruder und Erlöser. Gemeinschaft im Glauben wird erfahrbar.

Zusammenfassend lässt sich sagen: Wer sich für die Möglichkeiten öffnet, die der Grundkurs bietet, wird sich im Bereich dieser fünf Kompetenzen weiterentwickeln und diese Weiterentwicklung wird das eigene Leben schöner, bunter, reicher, erfüllter werden lassen. In diesem Sinne sind die Grundkurse für „Integrative Gestaltpädagogik und heilende Seelsorge nach Albert Höfer“ eine „Schule des Lebens“, wo ein Stück weit, die Kunst des Lebens gelernt wird.

Ich persönlich schaue mit großer Dankbarkeit auf die Entwicklung zurück, die ich seit meiner ersten Begegnung mit Integrativer Gestaltpädago-

gik im Jahr 2011 bei einer Fortbildung mit Franz Feiner machen durfte. Seitdem war ich bei der Trainerin Rebekka-Chiara Hengge (IGB) als Teilnehmerin eines Grundkurses, bin von Manuela Müller (IGBW) als Co-Trainerin ausgebildet worden und leite zurzeit einen Grundkurs mit Hans Neuhold (IIGS). Mit großer Freude begleite ich die Teilnehmenden als Trainerin. Die Rückmeldungen zeigen, dass sich die meisten durch die Teilnahme an einem Grundkurs sehr bereichert fühlen. 🌱

Ulla Sindermann, ist katholische Religionspädagogin, Gestalttrainerin (IIGS), Gestalttherapeutin (DVG)

FUSSNOTEN

¹ Vgl.: Dreitzel, Emotionales Gewahrsein, S.40ff.

² Höfer, Handbuch Bd II, S. 66ff.

³ Vgl.: Svoboda, Gestaltpädagogik, S.132.

⁴ Vgl. Kast, Der Schatten in uns. Die subversive Lebenskraft- Patmos, Ostfildern; 2. Aufg.2018

⁵ Vgl Riemann, Grundformen der Angst

⁶ Vgl. Jellouschek, Wie Partnerschaft gelingt

⁷ Vgl.: Blankertz/Doubrawa, S.108.

⁸ Die Würde kann dann auch im Tanz zum Ausdruck kommen, z.B. bei dem Tanz: „Du bist ein Königskind“ (Text und Melodie: Frieder Gutsche).

⁹ Vgl. Höfer, Handbuch Bd IV; S. 27 ff.

¹⁰Vgl. Höfer, Handbuch Bd III, S. 90 ff.

LITERATUR

Blankertz, St./Doubrawa, E. (2005): Lexikon der Gestalttherapie. Wuppertal: Peter Hammer Verlag.

Dreitzel, H. P. (1998): Emotionales Gewahrsein. Psychologische und gesellschaftliche Perspektiven in der Gestalttherapie. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.

Höfer, A. u.a.(2005 – 2009): Handbuch der Integrativen Gestaltpädagogik und Seelsorge, Beratung und Supervision – Band I – IV, Graz: LogoMedia-Verlag. .

Höfer, A. (2009): Die Höfer-Kurse und ihr Menschenbild. In: Höfer, A. u.a.: Handbuch der Integrativen Gestaltpädagogik und Seelsorge, Beratung und Supervision – Band II, Graz 2. Auflage 2009. Graz: LogoMedia-Verlag, S. 66ff.

Höfer, A. (2001): Von der Hoffnung der Liebenden. Beziehungskrisen und biblische Therapie. München: Don Bosco Verlag.

Jellouschek, H. (2007): Wie Partnerschaft gelingt – Spielregeln der Liebe. Freiburg: Verlag Herder.

Kast, V(2018, 2.A.): Der Schatten in uns. Die subversive Lebenskraft. Ostfildern: Patmos Verlag.

Reichel, R./Scala, E.(2005): Das ist Gestaltpädagogik. Grundlagen, Impulse, Methoden, Praxisfelder, Ausbildungen. Münster: Ökotopia Verlag.

Riemann, F. (1991), Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie. München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag, 5. Auflage.

Svoboda, U. (2023): Gestaltpädagogik : Ein bewährtes Konzept – aktueller denn je. In: Schübel, T. (Hg.): Perspektiven der Gestaltpädagogik. Neue Ideen für zukunftsfähige Bildung und Erziehung. Gevelsberg: EHP – Verlag Andreas Kohlhage