

Klaus & Dagmar Lumma, Dieter Raabe, Maria Amon,
Martina Kickelbick-Schwertfirm, Hedwig Schlaghecken und
Gabriele Bilstein

Orientierungsanalytische Leitideen

in: Klaus Lumma (Hrsg.):
Orientierungsanalyse
Sonderausgabe 1/99
Seite 225-229

IHP Manuskript 1411 F * ISSN 0721 7870

IHP Bücherdienst

Schubbendenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447

eMail office@ihp.de internet www.buecherdienst.ihp.de



Orientierungsanalytische Leitideen

zur Förderung konstruktiver Lernprozesse in pädagogisch-supervisorischer Begleitung

Klaus & Dagmar Lumma, Dieter Raabe, Maria Amon, Martina Kickelbick-Schwertfirm, Hedwig Schlaghecken und Gabriele Bilstein

angeregt durch Winfried Büschges-Abel, Pat Crossman, Tom Frazier und Mary Peiffer; in kollegialer Reflexion nach dem LeitText-System entwickelt und formuliert

1. Begleite Dein Gegenüber so, daß dessen eigene Ideen zur Klärung einer Frage nach vorne kommen.

* Vermeide selbst, ein Problem zu definieren. Locke vielmehr die eigenen Fähigkeiten Deines Gegenübers heraus.

2. Wird ein Problem genannt, so laß' Dir beschreiben, welche Kindheitserinnerungen Deinem Gegenüber dazu einfallen.

* Sei mehr Interviewer als Besserwisser.

3. Laß' Dir beschreiben bzw. finde die Projektionen Deines Gegenübers dazu heraus, was Partner, Eltern, Kinder etc. zum Problem anzumerken hätten. (Elterninterview)

* Filtere das persönliche Deutungsmuster Deines Gegenübers heraus: „Was bedeutet das Phänomen für Sie/Dich persönlich?“

4. Laß' Dir beschreiben, welche Vorteile Deinem Gegenüber das Problem bringt. (nicht ironisch, sondern ernsthaft) Rege eine Umbewertung an.

5. Frage nach, welche Lösungsmuster es in der Herkunftsfamilie gegeben hat. Die Muster müssen nicht unbedingt etwas mit einem vorgetragenen Problem zu tun haben.

* Kläre die Beziehung Deines Klienten zu demjenigen, der die Lösungsmuster lebte.

6. Unterstütze auf alle Fälle immer und immer wieder, bei auftauchenden Fähigkeiten Deines Gegenübers, das besondere Hervorheben dieser Fähigkeiten durch Erlaubnisse.

7. Kommen „Krankheitsbilder“ ins Spiel, beteilige auf alle Fälle einen fachkundigen Arzt.

8. Beim Aufkommen der Themen „Gewalt und Mißbrauch“ ist besonders die Kollegiale Supervision gefragt. Außerdem ist ein Lebensvertrag angezeigt.

9. Führe in die Arbeit neue und auch alte Themen zur Gestaltung des kulturellen Lebens ein, z.B. Besuch eines Konzertabends, Besuch einer Lehrveranstaltung, wo ähnlich Interessierte zusammenkommen.

10. Es ist gut, Hürden in die orientierungsanalytische Begleitung einzubauen, Hürden, die von den KlientInnen zu nehmen sind.

* Es geht erst weiter, wenn die Hürden genommen sind. So lange Hürden nicht genommen sind, ist es gut, Zurückhaltung zu üben.

11. Künstlerisch Gestalterisches ist immer wichtig zu unterstützen, in Freizeit und Beruf zur Anwendung zu bringen.

12. Vergünstigungen sollten wir ausschließlich dann gewähren, wenn positive Anpassung und Loyalität gesichert sind. (gemeint ist eine positive Ladung des angepassten Kind-Ichs)

13. Wir beachten den Einfluß verschiedener Bezugssysteme. Ein „Krankheitsorientiertes“ System betrachtet möglicherweise die „Gesundheitspartei“ als Gefahrenpunkt.

* Wir bauen ein positives Bezugssystem, ein kollegiales Netzwerk zur Verhinderung von Machtmißbrauch in Therapie, Supervision und Weiterbildung.

14. Im ständigen Dialog mit Herz, Sinnen und Verstand zwischen Männern und Frauen reflektieren und hinterfragen wir bestehende Machtverhältnisse; wir hinterfragen auch psychologische Theorien, die zum größten Teil „männliche“ Theorien sind.

Die bioenergetische Bogenposition fördert Vibration im Bauch-, Becken- und Beinbereich.

15. In kollegialer Fortbildung bemühen wir uns darum, weibliche und männliche Theorien miteinander zu vergleichen und in Balance zueinander zu bringen.

16. Wir entwickeln ein Gespür dafür, wann zu sehr ausgelebter Nazismus zu Mißbrauch wird. Wichtig ist, sanktionsfrei über eigene Anteile zu reflektieren und mit KollegInnen diesbezüglich einen offenen Dialog zu führen.

17. Wir nehmen konzeptionell die Betonung des Gemeinschaftsgefühls in alle Arbeiten mit auf. Wir unterstützen uns gegenseitig in unserer Fähigkeit, Liebe weiterzugeben und anzunehmen.

18. Wir arbeiten stringent mit dem Konzept des Erlaubnis-Gebens und Erlaubnis-Nehmens

19. Es ist wichtig, die Kontaktmöglichkeiten des Gegenübers in ihrer derzeitigen Ausprägung zu beachten. Ziel bleibt die Entwicklung des Ich-Du-Kontaktes.

20. Wir gewähren uns selbst und unserer Kundschaft Freiraum für konstruktive Entwicklung

21.

Mit jedem Gegenüber (einzelner oder Gruppe) erlauben wir uns, „eigenartige“ Entwürfe zur speziellen Begleitung zu erfinden.

22. Multimodale Konzeptverbindungen sind im orientierungsanalytischen Kontext äußerst willkommen.

* Wir erlauben uns, im Bewußtsein eines klassischen orientierungsanalytischen Rahmens immer wieder etwas Neues entstehen zu lassen.

23. Wir geben Freiraum für ganz individuelle Präsentationsarten von Arbeitsergebnissen.

Hochgezogene Schultern binden Angst am Körper fest.

Übung: Erinnere dich an eine Schrecksituation!

24. Wir erlauben, Bescheidenheit und Demut als sinnvolle Werte neu zu entdecken.

25. Wir unterstützen das Auffinden von Zielen.

* Es ist wichtig für den Klienten, daß der Begleiter mit seinen eigenen Worten spricht und nicht im Fachjargon.

* Kleine Ziele sind leichter zu erreichen als die großen. Der kleine, erste Schritt enthält metaphorisch das ganze Leben.

- * Ziele müssen konkret, spezifisch und auf ein Verhalten (Tun) ausgerichtet sein.
- * Ziele müssen erreichbar sein.
- * Für die anvisierten Ziele muß ein Anfang erkennbar sein, nicht nur das Ende.
- * Ziele müssen realistisch sein.
- * Ziele müssen eine Herausforderung bedeuten und erarbeitet werden.
- * Ziele ausschließlich im Bezugsrahmen des Klienten entfalten.
- * Wir hören oft von den Klienten, was Schlechtes im Leben passiert ist. Wir fragen sie nach einer Wunderlösung:
Es passiert ein Wunder; das Dilemma ist weg. Was sagt Deine Familie dazu?
- * Wir lassen uns erzählen, wie der Klient gewisse Aufgaben gelöst hat, lassen ihn dann auf einer Notenskala von 1 - 10 eine eigene Bewertung für die Art der Lösung vornehmen.

26. Wir akzeptieren *Hypothesen für empowerment*

- * Trotz ihrer Lebensprobleme haben alle Menschen Stärken in sich, das Leben zu verbessern.
- * Die Betonung der Stärken beinhaltet eine echte Alternative zur Analyse von Defizit.
- * Stärken zu entdecken macht den Vorgang einer kooperativen Forschung notwendig.
- * Beim Suchen nach Stärken ist die Schuldfrage außen vor. Gemeinsam herauszufinden, was der Klient zum Überleben im Dilemma gemacht hat, ist eine echte Alternative. Alle Umgebungen enthalten Hilfsmittel (*ressources*).
- * Das Verstehen des Klienten muß wichtiger sein als wissenschaftliche Etiketten und Theorien.

27. Wir erlauben ausdrücklich das *empowerment* unserer KlientInnen

- * Der Klient entdeckt die Kraft in sich selbst.
- * Wir ermutigen den Klienten, eigene Ziele zu formulieren.
- * Wir können 5 oder 6 Ziele für die Therapie vorschlagen. Entscheiden tut der Klient selbst.
- * Hilf ihm, ein konstruktives Mitglied unserer Gemeinschaft zu werden.
- * Auch die Art der Kooperation zwischen Therapeut und Klient kann heilsame Wirkung haben.
- * Wir müssen das Anderssein des Klienten akzeptieren. Aus dem Anderssein können Stärken abgelesen werden.
- * Wir verpflichten therapeutisch-supervisorische Begleiter, systematisch nach Stärken zu suchen.

Erfolg entsteht durch Kooperation!

28. Mehr Fragen als Aussagen!

Die Änderungsmöglichkeiten liegen bereits im Klienten „versteckt“. Wir locken sie durch Förderfragen heraus.

Förderfragen

- * Was hast Du getan, daß ?
- * Bist Du jetzt stark beteiligt? statt: *Du bist jetzt stark beteiligt.*
- * Was kannst Du tu'n, damit ... ? Körpersprache ernstnehmen!

- * Was hast Du gut gemacht?
- * Was hast du toll gemacht?
- * Was hast Du sonst noch gut gemacht?

- * Was hättest du anders machen können?
- * Was hast du *jetzt* gelernt?

- * Wo willst Du anwenden, was wir gemeinsam erarbeitet haben?
- * Was kannst Du zur weiteren Unterstützung brauchen?

29. Wir holen regelmäßig Rückmeldungen über Art und Wirkung unserer Begleitung ein.

- * Haben wir Kopf und Herz zusammengebracht?
- * Haben wir die Körpersprache berücksichtigt?
- * Arbeite ich (als Therapeut) zu viel für Dich (Klient)?
- * Wie lautet Deine Empfehlung an mich? Was soll ich anders machen?

30. *Feedbacking* wird besonders begrüßt: Wir geben Rückmeldung. Rückmeldungen können nur angenommen werden, wenn sie mit Liebe gesagt werden.

31. Humor ist ausdrücklich erlaubt.

***Manchmal ist es wirklich wichtig, Du sagst deutlich NEIN.
Denn dann sagst Du JA zu Dir
Und später vielleicht dann auch zu mir.
Manchmal ist es wirklich wichtig, Du sagst deutlich NEIN.***

*Lied aus der Tom Frazier Sammlung
Melodie wie bei „Lustig ist das Ziegeunerleben“*

32. Begleite Dein Gegenüber in der Erfahrung, dass Fühlen und Atmen in engem Zusammenhang stehen.

33. Wir vergegenwärtigen uns die Erfahrung, daß Gefühle durch chronische Muskelverspannungen unterdrückt werden.

34. Wir unterstützen das *Grounding*, jene bioenergetische Art, auf dem Boden zu stehen. Mit der Art, wie wir auf dem Boden stehen, beeinflussen wir

- * das Selbstwertgefühl
- * die Selbstwahrnehmung
- * unsere Kraft, Flexibilität und Identität.

35. Eingefrorene Ausrucksfähigkeit kann durch Theaterspielen wieder auftauen.

36. Hyperventionsphänomene wie *verkrampfte Hände, Arme, Beine, Füße, Mund oder Unterkiefer* deuten auf einen zurückgehaltenen Lebensimpuls. Wird der Impuls über Erlaubnis ausgelebt, verschwindet in der Regel das Verkrampfungsphänomen.

37. Sexualität wird als wichtiges Thema der menschlichen Existenz direkt und offen thematisiert. Im OA Kontext geben wir uns gegenseitig Erlaubnis, unsere persönliche Sexualität zu finden und in unseren Lebensalltag zu integrieren.

38. Sinnvolle sportliche Aktivität leitet über Anregung von Stoffwechselprozessen körperliche Aufbauprozesse ein, die sich unmittelbar auf seelische Prozesse auswirken.

39. Im Rahmen orientierungsanalytischer Begleitung werden entwicklungspsychologische Zusammenhänge mit Hilfe der Entwicklungszyklen nach Pamela LEVIN erläutert.

40. Entspannung der Kiefern Muskulatur fördert Hingabe an den Körper und seine Ausdrucksfähigkeit. *Übung: den Kiefer trotzig und herausfordernd verschieben; bei diesem aggressiven Ausdruck entspannt sich die Muskulatur des Kiefers; anschließend den Klienten auffordern, den Unterkiefer loszulassen und die auftauchenden Gefühle deutlich spüren.*

Tafel 41

Bioenergetisch begründete Orientierungsanalyse

bringt die Entdeckungen von Wilhelm Reich über den Zusammenhang von Energieversorgung und Energieblockierung im menschlichen Körper in Verbindung zum Biographischen Lernen

Energetischer Prozeß

Energieerzeugende Ebene

Verdrängte ungelöste Grundkonflikte des Menschen bewirken auf der Körperebene über eingeschränkte Atmung eine gedrosselte Energieproduktion.

Energieverteilende Ebene

Einschränkende Elternbotschaften bewirken auf der Körperebene durch verkrampfte Muskulatur eine Einschränkung des Energieflusses. Z.B. die Botschaft „sei nicht aggressiv“ bewirkt eine Verkrampfung der Rücken-, Nacken- und Kiefermuskulatur.

Legende: Über körperliche Entspannung, intensiveres Atmen und viel Erlaubnis zum körperlichen Ausdruck wird in Verbindung mit biographischen Reflexionen das Lösen von Grundkonflikten angeregt. Dieser Lernprozess wird durch intensives Nachdenken über die jedem Menschen innewohnenden unbewußten Orientierungen begleitet. Ziel ist es, mit den tiefen Kraftquellen (*cycles of power*) und Berufungen (*callings*) in Berührung zu kommen. Sie liegen oft unter angesammelten und ungelösten Konflikten verborgen. *Dieter Raabe*

Tafel 42 Merksätze zur Körperarbeit

- * Mit der Art, wie ich auf dem Boden stehe, beeinflusse ich mein Selbstwertgefühl, meine Selbstwahrnehmung, meine Kraft, meine Flexibilität, meine Identität.
- * Leistungsprinzipien spiegeln sich in meiner Art zu stehen.
- * Eingefrorene Ausdrucksfähigkeit, kann durch Theaterspielen wiederauftauen.
- * Hyperventilationsphänomene wie verkrampfte Hände, Arme, Beine, Füße, Mund oder Unterkiefer deuten auf einen zurückgehaltenen Lebensimpuls.
Wird der Impuls über Erlaubnis ausgelebt, verschwindet in der Regel das Verkrampfungsphänomen.
- * Sexualität wird als wichtiges Thema der menschlichen Existenz direkt und offen thematisiert.
- * Im orientierungsanalytischen Kontext geben wir uns gegenseitig Erlaubnis, unseren persönlichen, sexuellen Lebensstil zu finden und in unseren Lebensalltag zu integrieren.
- * Wo im Körper sitzt die größte Kraft? * Im Becken!
- * Sinnvolle sportliche Aktivität leitet über die Anregung von Stoffwechselprozessen körperliche Aufbauprozesse ein, die sich unmittelbar auf den seelischen Prozeß auswirken.
- * Im Rahmen bioenergetisch begründeter Orientierungsanalyse werden entwicklungspsychologische Zusammenhänge mit Hilfe der Entwicklungszyklen von Pamela Levin erläutert.
- * Die Entspannung der Kiefermuskulatur fördert die Hingabe an den Körper und seine Ausdrucksfähigkeit
- * Hochgezogene Schultern binden Angst

Dieter Raabe