

Jürgen Heinrich

"Abschied und Neuanfang in wirtschaftlich schwierigen Zeiten"

Eine Reise in sechs Etappen unter dem Motto "Der
Zauberer bin Ich"

IHP Manuskript 0903 G * ISSN 0721 7870

IHP Bücherdienst * Schubbenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447 * eMail office@ihp.de
www.buecherdienst.ihp.de



Jürgen Heinrich

„Abschied und Neuanfang in wirtschaftlich schwierigen Zeiten“

Eine Reise in sechs Etappen unter dem Motto

„Der Zauberer bin Ich“

Gliederung

1. Einleitung und Vorgeschichte
2. Meine Arbeit und meine Praxis
3. Vorüberlegungen zum Seminarkonzept
4. Ziele des Seminars
5. Haltung und Rolle der Trainer
6. Das Seminar
7. Abschlussgedanken/Schlussbetrachtung

1. Einleitung und Vorgeschichte

In meiner Arbeit als Trainer, Coach und Supervisor in Profit – Organisationen stelle ich besonders in den vergangenen Monaten eine Veränderung fest, die sich in Kurzform folgendermaßen beschreiben lässt:

- Die Themen, Fragen und Bedürfnisse der Teilnehmer in Seminaren und Coachings sind immer häufiger: Brüche mit dem Unternehmen, Entfremdung und Entwurzelung vom Unternehmen, Verlust der Sinnhaftigkeit der eigenen Tätigkeit, Verlässlichkeit des Unternehmens und ähnliche. Die alte Familie, „Firma“ bricht weg.
- Wohl damit verbunden ist auch eine neue Bereitschaft bei den Teilnehmern, sich auf Methoden und Vorgehensweisen einzulassen, die bisher häufig auf Widerstände gestoßen sind: bisher zeigten Teilnehmer häufig eher eine Distanz gegenüber Methoden, die sie mit sich selbst in Kontakt bringen und eine Auseinandersetzung mit der eigenen Persönlichkeit verlangen. Mittlerweile ist eine Öffnung für diese Art der Arbeit „auf dem Vormarsch“.

Diese Veränderungen gaben den ersten Impuls zur Entwicklung des Seminars.

Ein weiterer wichtiger Anstoß zur Entwicklung des vorliegenden Konzepts ist die Begegnung mit einem Musiker und Song Schreiber aus Köln, Winfried Bode, der in seinem Song „Der Zauberer bin ich“ seine Zuhörer motiviert, selber die Verantwortung für sich und ihr Leben zu übernehmen und die Zuhörer in ihrem Zutrauen an sich selber bestärkt. Damit war die Idee zum Seminar „Abschied und Neuanfang“ geboren.

Das Seminarkonzept basiert auf einer Reihe von positiven Erfahrungen aus anderen Seminaren, fasst die dort eingesetzten Methoden und Ideen aber unter dem speziellen Thema zusammen.

Eine weitere Basis für das Konzept ist die Idee der Heldenreise. Die Dramaturgie des Seminars lehnt sich z. T. an die der Heldenreise an, ersetzt den Helden aber durch eine andere Figur, nämlich den Zauberer.

2. Meine Arbeit und meine Praxis

Ich bin seit über 15 Jahren in der Industrie tätig, also in Organisationen, in denen Profit erwirtschaftet werden soll. Meine Spezialisierung und Konzentration auf dieses Arbeitsfeld habe ich aus gutem Grund gewählt: ich war selber über viele Jahre in leitenden Positionen der Industrie tätig und kenne diese Welt sehr gut, habe die Veränderungen in dieser Welt Schritt für Schritt miterlebt und kenne besonders auch die speziellen Probleme und Sorgen der Menschen in solchen Organisationen.

Durch meine Ausbildungen (alleine 6 Jahre speziell in Methoden und der Haltung der humanistischen Psychologie) hat sich meine Arbeitsweise in den letzten Jahren mehr und mehr gewandelt: ich konzentriere mich immer mehr auf den Menschen und seine innere Haltung.

3. Vorüberlegungen zum Seminarkonzept

Aufgrund der oben genannten Beobachtungen entstand die Idee, den Wünschen der Seminarteilnehmer entsprechend ein Seminar zu entwickeln.

Vor der Erstellung des Seminarkonzepts habe ich in einer Reihe von Gesprächen versucht, das Erleben der Mitarbeiter in den Unternehmen besser zu verstehen. Die wichtigsten Ergebnisse aus diesen Gesprächen sind:

Alte Sicherheiten usw. brechen innerhalb kurzer Zeit weg. Die Menschen erleben eine Phase hoher Unsicherheit, viele haben Angst.

Diese Tendenzen sind zwar schon seit einiger Zeit zu erkennen, das Gespenst Shareholder Value führt jedoch dazu, dass die Unsicherheiten immer größer werden – Unbeständigkeit der Unternehmensleitungen gehört schon lange zum guten Ton. Es gibt also einen schleichenden Prozess in die Ungewissheit. Jetzt aber, mit dem Eintritt der weltweiten Finanzkrise, ist mit einem Paukenschlag und komprimiert die Wachstumsbremse hereingebrochen, und die Menschen in den großen Unternehmen sind immer häufiger mit unterschiedlichen Facetten dieses Ereignisses konfrontiert.

- Verlust von Sicherheit des Arbeitsplatzes.
- Veränderungsdruck (der oft sehr schnell und in zu kurzer Folge erfolgt). Gerade neu begonnenes wird wieder „eingerrissen“. Konstanz, Beständigkeit und Verlässlichkeiten gehen verloren.
- Auch Firmennamen und Strukturen sind keine dauerhafte und verlässliche Größe mehr.
- Die zweite Familie Firma und Kollegen bricht weg.
- Verlust der finanziellen Sicherheit.

- Verlust des finanziellen Spielraums. Bisher fehlende Sinnhaftigkeiten konnten bedingt durch materielle Ausrichtung kompensiert werden. Dies ist jetzt nicht mehr so leicht möglich. Das Vakuum in Sinnfragen wird „drückender“.
- Karrieremöglichkeiten als Ansporn und als Mittel zur Bestätigung sind nur noch in geringem Ausmaß vorhanden.
- Permanent steigender Leistungsdruck: Immer weniger Menschen müssen immer mehr Arbeit erledigen. Viele Mitarbeiter erleben sich in einer Situation der permanenten Überlastung durch ein System, das keine Rücksicht auf den einzelnen nimmt.

Durch die so erlebten Rahmenbedingungen entsteht bei vielen Mitarbeitern eine innere Welt, die sich folgendermaßen beschreiben lässt:

- Starre, Erstarren, Abwarten
- Angst
- Gefühl der Ohnmacht
- Identifikationsverlust
- Innere Regression im Sinne von Sinnverlusten
- Demotivation
- Gefühl der Überforderung

All dies hat natürlich auch Auswirkungen auf das Privatleben. Das gesamte Leben vieler Menschen ist aus dem Gleichgewicht geraten.

Ich beobachte seit kurzem in meiner Arbeit auch erstmals, dass selbst junge, bisher sehr erfolgreiche Menschen mit guten Karrieremöglichkeiten die Motivation verlieren, im Bisherigen weitergehen zu wollen. Es fehlt ihnen etwas - sie wissen aber (noch) nicht, was. Viele Menschen sind auf einem neuen Weg, einem Pfad der Suche. Damit stellt die schwierige wirtschaftliche Situation auch ein große Chance dar: die Chance zur selbstbestimmten Neuausrichtung des eigenen Lebens. Es fehlt jedoch meist die Anleitung zur Neuorientierung. Dies kann ein wichtiger und wertvoller Beitrag unserer Berufsgruppe sein.

4. Ziele des Seminars

Kernstück des Seminars

Die Teilnehmer sollen die „Fesseln“ der Fremdbestimmtheit und des sich Verlassens auf ein Unternehmen (was häufig Passivität und fehlendes Vertrauen in die eigenen Ressourcen zur Folge hat) abstreifen. Es soll ein „Verwandlungsprozess“ stattfinden:

- hin zu einem nach vorne gerichteten Denken
- hin zur Eigenverantwortlichkeit

Die Teilnehmer sollen die Möglichkeit des selber aktiv werdens als Alternative zum Erdulden wieder intensiver und bewusster nutzen. Die Verunsicherung und Erstarrung soll in ein Nach-Vorne-Denken transformiert werden, die Blockaden sollen überwunden werden.

Die Teilnehmer sollen während des Seminars erkennen „Der Zauberer bin Ich“.

Das 3-tägige Seminar wird aufgrund der hohen Komplexität von 2 TrainerInnen begleitet und bietet bei Bedarf auch die Möglichkeit für Einzel – Coachings.

5. Haltung und Rolle der Trainer

Damit die Teilnehmer sich gut auf den Weg machen können, sind folgende Aspekte für die innere Haltung der Trainer wichtig:

- Die Teilnehmer in ihrem Sein ernst nehmen. Das bedeutet auch, deren Starre als Ausgangspunkt zu würdigen. Die Trainer begegnen den Teilnehmern mit Respekt vor dem bisherigen Weg und mit Wertschätzung für die jetzige Lage.
- Die Trainer verstehen sich als Wegbereiter und Wegbegleiter.
- In diesem Seminar ist besonders wichtig, die Teilnehmer in ihre Eigenverantwortlichkeit zu führen, sie zu stärken und zu halten.
- Die Trainer arbeiten mit Methoden der Gestalttherapie und verstehen diese als *Angebote* an die Teilnehmer.

6. Das Seminar

Die Reisevorbereitungen

Eine entscheidende Hürde bei den Teilnehmern an diesem Seminar besteht darin, dass sie eine stark ausgeprägte Loyalität ihrer Firma gegenüber haben – oder negativ ausgedrückt: viele Teilnehmer haben seit Beginn ihrer Berufstätigkeit die Regie über ihr (Berufs-)Leben „ihrem“ Unternehmen übertragen. Mitunter wird diese Haltung bereits seit Generationen gelebt.

Aufgrund der Veränderungen in der (Wirtschafts-)Welt ist dieses Muster heute häufig hinderlich und verhindert wichtige Entwicklungen und Abnabelungen. Zunächst geht es also darum, die Teilnehmer zu einem Umdenken einzuladen, zumindest einmal mit anderen Mustern und „Vorbildern“ zu konfrontieren.

Ich habe mich dazu entschieden, hierzu als Vorbilder und Leitbilder keine großen Helden aufzuzeigen, sondern die Helden des Alltags – denn diese sind als Leitbild besonders überzeugend. So führe ich zu Beginn des Seminars Begegnungen mit Menschen in Drittweltländern an, die selber die Regie für sich und ihre Familie übernommen haben. Oder Fernsehberichte über Menschen in New Orleans in der Zeit nach der Flutkatastrophe, die in Eigenverantwortlichkeit ihre Existenz neu aufgebaut haben.

Und natürlich Winfried Bodes Geschichte aus dem Song: weder ein Unternehmen noch ein Coach oder Therapeut kann mir die gewünschte Sicherheit bieten. Der Zauberer ist jeder Seminarteilnehmer selber. Der Trainer kann nur ein paar Zaubertricks offenlegen und Anleitungen zum Zaubern geben.

Auch die Geschichte von meinem Bekannten Toni, Bauer aus der Eifel, ein kleiner starker Mann: wenn die Ernte verregnet ist, organisiert Toni Erntedankfeste – damit lässt sich auch was verdienen. Eine paradoxe, aber sehr erfolgreiche Strategie. Wie könnte man es besser leben und beschreiben – selber die Regie auch in schwierigen Zeiten zu übernehmen?

Die Teilnehmer werden also zu einer Alltags-Heldenreise eingeladen – sie machen sich auf die Reise, selber solch ein „kleiner“ Held des Alltags zu werden. Eine spannende Reise in eine neue Welt.

Anschließend gestaltet das Trainer-Team mit den Teilnehmern den Rahmen so, dass sich alle auf diese Reise einlassen können (Phase der Orientierung und der Bildung von Vertrauen).

1. Etappe der Reise: Die Teilnehmer nehmen Abschied und bereiten sich auf die Abreise vor

Elemente in dieser Etappe sind z. B.:

- Der wertschätzende Abschied vom Bisherigen: dazu entwickeln (malen) die Teilnehmer zunächst ein Bild dessen, was sie zurück lassen (was verliere ich und betraue ich?).
- Hier ist außerdem Platz für Ärger, Trauer, Wut und Frust und die Enttäuschung darüber, dass alte Verlässlichkeiten wegbrechen – alles darf seinen Platz haben.
- Die bisherige Starre, die einer Neuorientierung im Wege stand, wird als Ausgangspunkt gewürdigt, angenommen und wertgeschätzt.
- Zum Abschluss dieser Etappe trifft jeder Teilnehmer die Entscheidung, sich auf den neuen Weg zu machen (der Kontrakt) und das Alte in einem Ritual loszulassen (oder zumindest die Reise einmal auszuprobieren). Hierzu wird ein „Entscheidungsraum“ angeboten, in dem jeder Teilnehmer zwischen den Polen selber seinen aktuellen Standort in Ruhe auswählen und ausbalancieren kann.

2. Etappe der Reise: Aufbruch - Die Teilnehmer brechen auf in das Ungewisse

Um den Abschied und das Zurück lassen spürbar zu machen, verlassen die Seminarteilnehmer den bisherigen Seminarraum und wechseln in einen anderen nicht ausgestatteten Raum (im Verlaufe des Seminars wird dieser Raum von den Seminarteilnehmern gestaltet, mit kraftvollen Elementen und Symbolen).

Die Teilnehmer entwickeln die Bereitschaft, für sich selber zu sorgen. Dies ist ein Prozess des Abnabelns, die Teilnehmer werden auf eine neue Art erwachsen (Arbeit mit den Cycles of Power). Dies ist ein wichtiger Schritt zum Ausstieg aus der Opferhaltung und zum Erkennen der eigenen Handlungsmöglichkeiten.

Ziel dieser Reiseetappe ist es, dass die Teilnehmer langsam die Erstarrung lösen und die Bereitschaft zum selber Gestalten übernehmen. Das Annehmen und sich darauf vorbereiten, die neue Aufgabe, Ausrichtung, Herausforderung anzunehmen: Annahme der Aufgabe.

3. Etappe der Reise: Die Teilnehmer finden auf der Reise eine Schatztruhe mit dem Zauberelixier

Die Teilnehmer machen sich auf den Weg und suchen nach dem „Zauberelixier“, das ihnen die Kraft und Fähigkeit gibt, die Herausforderung zu meistern. Das Elixier besteht z. B. aus:

- Sich (rück-)besinnen auf die eigenen Stärken und Ressourcen. Was steht mir zur Verfügung, um neue Situationen zu meistern? Hierzu arbeiten die Teilnehmer z. B. mit der Lebenslinie zum Auffinden der eigenen Ressourcen (die eigene Schatztruhe der persönlichen „Moments of Excellence“ öffnen).
- Außerdem beschäftigen sich die Teilnehmer mit den 5 Säulen der Identität und finden hier Ressourcen, auf denen sie aufbauen können. Die 5 Säulen werden anschließend weiter gefestigt (zumindest wird das Vorgehen hierzu geplant), so dass sie ein „Überleben“ in stürmischen Zeiten ermöglichen (der sichere Hafen).

- Hierbei beschäftigen sich die Teilnehmer oft erstmals bewusst mit ihren Werten und Ausrichtungen im Leben. Sie ergründen: was ist mir eigentlich wichtig im Leben? Ziel: neue Perspektiven und Werte entdecken.

Auf dieser Reiseetappe werden die Teilnehmer in der Erkenntnis bestärkt, dass jeder für sich selbst „Unternehmer des eigenen Lebens“ werden kann und das Heft selber in die Hand nehmen kann.

4. Etappe: Die Teilnehmer beginnen, mit den neuen Schätzen zu arbeiten (der eigentliche Beginn des Zauberns)

Auf der weiteren Reise entwickeln die Teilnehmer eine Vision für die Zukunft, die ihnen ein hohes Maß an Selbstbestimmung eröffnet. Hierzu begeben sich die Teilnehmer auf eine geführte Phantasiereise, die sie anschließend reflektieren und in Form eines Bildes oder einer Skulptur gestalten. Es entstehen Symbole, die die Teilnehmer später mit in den Alltag nehmen. Für diese wichtige Etappe werden die Teilnehmer in einen neu gestalteten Raum geführt (je nach Gruppe in einen Wald) – den Ort der Möglichkeiten und des Zauberns. An diesem Ort können die Teilnehmer in unterschiedlichen Settings Kontakt mit sich selbst aufnehmen.

5. Etappe der Reise: Die Teilnehmer bereiten sich für ihre Rückkehr in den Alltag vor

- Die Teilnehmer werden mit Widersachern konfrontiert: böse Geister und Dämonen, die ihnen später den Weg versperren - und sie helfen sich gegenseitig dabei, Wege zu entwickeln, diese zu besiegen.
- Anschließend stärken sich die Teilnehmer für die neue Aufgabe und entwickeln in sich die erforderliche Kraft zum Neubeginn. Dies ist eine wichtige Stelle im Seminar, da viele Teilnehmer noch skeptisch bzgl. der eigenen Fähigkeiten sind. Der Glaube an sich selber soll gefestigt werden. Es ist fast eine Neugeburt erforderlich. Die Trainer bieten den Teilnehmern hierzu eine neue Erdung an:
 - Arbeit mit den 4 Naturelementen als Quellen der Kraft
 - Arbeit mit körperorientierten Methoden, z. B. Entwicklung des festen Standes durch Übungen aus dem Tai Chi
 - Und schließlich der Future Pace: den kraftvollen 1. Schritt in die Zukunft tun, der „Sprung“ in das Neue. Hierbei werden auch noch bestehende innere Widerstände und Zweifel sichtbar, die ggf. bearbeitet werden – und der Teilnehmer kann den Sprung auf ein neues wagen
- Zum Abschluss wird aufgelöst, worin der eigentliche Zauber besteht: wir alle haben als Kinder an die Zauberkraft geglaubt – und im späteren Verlauf unseres Lebens diesen Glauben aufgegeben. Damit ist uns aber ein Trugschluss unterlaufen: wir *können* zaubern – wir sollten nur den Inhalt, auf den sich unser Zaubern bezieht, ändern: wir sollten unsere Fähigkeit, zaubern zu können, auf *uns selber* anwenden, statt auf die Welt oder andere Menschen. Und dann gelingt es uns oft wie durch ein Wunder, dass wir letztlich doch die Welt oder andere Menschen verzaubern. Mit diesem (geheimen) Wissen kehren die Teilnehmer in die Welt zurück
- Zum Abschluss der Etappe liest ein Trainer (als Märchenonkel) die Metapher vom kleinen Zirkuselefanten vor: der kleine Elefant bewegt sich - auch als man ihm die Fesseln abgenommen hat - aus Gewohnheit nicht aus seinem engen Kreis heraus ...

6. Etappe: Die Teilnehmer verabschieden sich und gehen kraftvoll in die Welt zurück

Abschiedsritual: ein Freundeskreis, in dem sich alle Teilnehmer gegenseitig mit Kraft und Energie beschenken.

7. Abschlussgedanken

Als Leitthemen über dem gesamten Seminar stehen:

- Auch leidvolle Veränderungen können die Chance zur Erneuerung bieten. Es soll der Blick für das Gute im Schlechten gestärkt werden.
- Selber die Rolle des Kapitäns im eigenen Leben übernehmen, sich lossagen. Jeder kann Unternehmer für sich und sein eigenes Leben werden, statt sich auf Institutionen zu verlassen (das Heft selber in die Hand nehmen).
- Innehalten und den zukünftigen Weg selbst neu vorzeichnen. Eine Vision schaffen, die nicht so sehr auf beruflichen Erfolg ausgerichtet ist (und gerade hier liegt ein weiterer Zauber: durch das Loslassen entwickeln sich auch für den Beruf neue Energien und eine neue Leichtigkeit).
- Den Change gestalten

Die Idee der Reise in eine andere (Märchen-)Welt als Metapher eignet sich für dieses Seminar besonders, da hierdurch Widerstände reduziert werden. In einer Märchenwelt ist schließlich vieles möglich. Außerdem schafft die Metapher dieser Reise einen gewissen Trance-Zustand als Basis zum Auffinden neuer Wege.

Ich habe das Gefühl, dass dieses Seminar ein Thema bearbeitet, das derzeit für viele Menschen wichtig ist. Und es ist schön zu erleben, wie für die Teilnehmer zumindest eine kleine Tür zu neuen Möglichkeiten aufgeht. Mehr will das Seminar nicht leisten. Mancher Teilnehmer entdeckt sogar neue Wege zur FREUDE und zum LEBEN.

Egal wie das Ergebnis auch sein mag: Jeder soll seinen eigenen Weg finden können. Der selbst gewählte und selbstbestimmte Weg, der die Eigenverantwortlichkeit fordert und fördert.

„DER ZAUBERER BIN ICH“!

HEINRICH, Jürgen

Abschied und Neuanfang in wirtschaftlich schwierigen Zeiten

Eine Reise in sechs Etappen unter dem Motto „Der Zauberer bin Ich“

IHP Manuskript 0903 G

Zusammenfassung

Dieser Beitrag basiert auf der Erfahrung, dass sich die Arbeitswelt vieler Menschen besonders in den letzten Monaten deutlich verändert hat: bisherige Sicherheiten, Verlässlichkeit und Kontinuitäten brechen zunehmend weg, viele Mitarbeiter verlieren ihr Vertrauen in die „Familie“ Firma, manche resignieren sogar.

Das hier beschriebene Seminar will diesen Mitarbeitern aufbauend auf Methoden der Gestalttherapie Wege anbieten, um dieser neuen Herausforderung aktiv zu begegnen.

Biografische Notiz

Jürgen Heinrich, Counselor grad. BVPPT Fachrichtung Gestalttherapie & Pädagogik; Köln

Dipl. Volkswirt, Supervisor DGSV*, NLP Practitioner, Trainer Entspannungstherapie BV für AT, Weiterbildungen z. B. in Systemischer Beratung; Arbeit in eigenem Trainings- und Coachinginstitut mit dem Schwerpunkt Profitorganisationen. Derzeitige Arbeitsschwerpunkte: Burnout, Arbeit mit Teams und Persönlichkeitsentwicklung

Lehrsupervision bei Alexandra von Miquel und Paul Timmermanns