



Oliver Driver

Magie im Coaching?

Schamanische Elemente als Lösung

Eine Kombination aus systemischem Coaching und dem mystischen Schamanismus, ist das möglich? Erarbeitet doch im Coaching der Klient sehr bewusst und konzentriert seine eigene Lösung. Hingegen heilt der Schamane seinen Klienten (vermeintlich) aktiv, der Klient trägt außer seiner Anwesenheit oft scheinbar nichts dazu bei. Vielleicht aber trägt dieses Bild. Wie wohl bei jeglicher physischen oder psychischen, medizinischen, therapeutischen oder schamanischen Behandlung geht es jedoch immer um Selbstheilung. Schamane, Arzt, Therapeut und auch Coach sind – genau wie die verordneten Medikamente und Therapien – Katalysatoren der Heilung. Alle versuchen bewusst oder unbewusst, die dem Menschen eigenen Ressourcen zur Lösung eines Problems zu wecken bzw. anzuregen. Körper und Geist heilen sich selbst.

Der systemische Coach arbeitet mehr auf der bewussten Verstandes- und Verhaltensebene, der Schamane eher auf der Ebene des Unbewussten. Der Coach arbeitet mit Ressourcen, der Schamane mit Energien und Selbstheilungskräften, den Kräften, die unser ganzes Leben lang zumeist gut funktioniert haben und so jede Erkältung und jeden Schnitt in den Finger heilen ließen. Auch lösten wir doch die meisten seelischen Probleme ebenfalls selbst. Nicht nur Schamanen haben erkannt, dass unsere Krankheiten und Probleme aus uns selbst kommen und dass wir sie entsprechend nur in uns selbst heilen können. Eine spirituelle Dimension in der Heilung wird mehr und mehr anerkannt.

„Wenn Spiritualität ein Medikament wäre, wäre es längst zugelassen, denn sie wirkt.“¹

Stellen wir einige Grundsätze der konstruktivistischen Theorie, der lösungsfokussierten Therapie und der schamanischen Huna-Philosophie Hawaiis gegenüber, zeigen sich erstaunliche Parallelen.

Auswahl konstruktivistischer Theoriegrundlagen:

- Die Wirklichkeit ist nicht wirklich wirklich.
- Niemand kann objektiv beobachten.
- Alles Handeln macht Sinn für den Handelnden.
- Menschen sind nicht, sie verhalten sich.
- Probleme sind Konstrukte, sie entstehen durch Bewertungen.
- Probleme bedürfen Anerkennung und Wertschätzung.

Auswahl lösungsfokussierter Therapie-Lehrsätze:²

- Was nicht kaputt ist, muss man auch nicht reparieren.
- Das, was funktioniert, sollte man häufiger tun.
- Wenn etwas nicht funktioniert, sollte man etwas anderes probieren.
- Kleine Schritte können zu großen Veränderungen führen.
- Die Lösung hängt nicht zwangsläufig mit dem Problem direkt zusammen.
- Die Sprache der Lösungsentwicklung ist eine andere als die, die zur Problembeschreibung notwendig ist.
- Die Zukunft ist sowohl etwas Geschaffenes als auch etwas Verhandbares.

Kernaussagen der Huna-Philosophie:

- Die Welt ist, wofür wir sie halten, alle Systeme sind willkürlich.
- Es gibt keine Grenzen, alles ist verbunden, alles ist möglich.
- Jetzt ist der Augenblick der Macht, alles ist relativ.
- Lieben heißt, glücklich zu sein.
- Alle Macht kommt von innen.
- Wirksamkeit ist das Maß der Wahrheit, es gibt immer auch einen anderen Weg.

Grundannahme des systemischen Coachings ist, dass immer lösungsorientiert mit dem Klienten gearbeitet wird. Das Problem hat nichts mit der Lösung zu tun. Ein Großteil aller Anliegen

lässt sich so im Coaching in ein bis drei Sitzungen abarbeiten. Dabei tauchen oft neue Themen auf, die man in weiteren Sitzungen angehen kann, aber auch nicht muss. Der Klient entscheidet.

Was aber tun, wenn sich auch nach mehreren Terminen beim Klienten wenig bis gar keine Besserung zeigt?

Der Coach hatte vielleicht schon vorher den Eindruck, dass das lösungsfokussierte Gespräch, also die Erarbeitung eines Weges, um das gewünschte Ziel zu erreichen, nicht die richtige Technik ist. Rollenspiele, die „Wunderfrage“, der „Provokative Stil“ oder auch die Arbeit mit Metaphern und Geschichten führen ebenfalls nicht zum Ziel. Coach und Klient sind beide motiviert und guten Willens – und dennoch: man dreht sich im Kreis. Es scheint, als ob das Problem irgendwo tief im Unbewussten des Klienten verwurzelt und kaum erreichbar ist. In Anbetracht der Hypothese, dass sich jeder Mensch selbst heilt und Heilung nur erfolgen kann, wenn der Klient bereit dazu ist, könnte man nun feststellen, dass der Klient eben nicht bereit sei. Oder aber man sucht einen Weg, der über diese Fragestellung hinausgeht.

Die „Wunderfrage“, die von ihrem Erfinder Steve de Shazer in der lösungsfokussierten Kurzzeittherapie für nahezu alle Fälle angewendet wurde, beinhaltet ein Element, das einen Hinweis auf den weiteren Weg geben kann. So folgt nach der Erarbeitung der Welt des Klienten, wie sie nach der Lösung ist, die „Unähnlich-Ähnlich-Frage“:

„Gibt es jemanden, dem sie unähnlicher werden, wenn Sie all dies erreicht haben?“

Ziel ist es, eine mögliche familiäre Verstrickung aufzudecken. (Falls da niemand ist, dem der Klient unähnlich würde, folgt die Frage: „Und gibt es denn jemanden, dem Sie ähnlicher werden?“)

Ein Beispiel: Franz hat sich in der IT-Branche selbstständig gemacht. Er hat die nötige Ausbil-

¹ Huber, Ellis, ehemaliger Präsident der Berliner Ärztekammer zitiert in Psychologie Heute Kompakt, 19/2008, S. 40

² De Shazer, Steve: „Mehr als ein Wunder“, S. 22 ff, Carl Auer 2008



Oliver Driver

ist Dipl.-Ing. und Dipl. Syst. Coach (DGCo) mit Weiterbildungen in The Work, The Journey, Energiearbeit, HUNA-Philosophie, Aufstellungsarbeit u.a. Seit 2007 arbeitet er selbständig als Coach mit Teams, Einzelpersonen, Gruppen und Unternehmen. Hierbei werden schamanische Rituale und Trance-Techniken integriert. Zu den Themen Spirituelles Coaching, Teamentwicklung, Achtsamkeit und Wahrnehmung bietet Oliver Driver Ausbildungen, Workshops und Seminare an. Seine persönlichen und beruflichen Erfahrungen hat er in mehreren Büchern niedergeschrieben.

bei werden schamanische Rituale und Trance-Techniken integriert. Zu den Themen Spirituelles Coaching, Teamentwicklung, Achtsamkeit und Wahrnehmung bietet Oliver Driver Ausbildungen, Workshops und Seminare an. Seine persönlichen und beruflichen Erfahrungen hat er in mehreren Büchern niedergeschrieben.

Kontakt:

Simrockstr. 29, D-50823 Köln
Tel.: 0221 / 94659302, Mobil: 0173 / 7088830
mail@shamanic-coach.de, www.shamanic-coach.de

derung, er ist erfahren, er war in leitender Position in einem ähnlichen Unternehmen tätig und hat die entsprechenden unternehmerischen Qualitäten. Dennoch schafft er es einfach nicht, das Unternehmen richtig „in die Spur“ zu setzen. Er „krebst an der Existenzgrenze herum“ und verzweifelt nach und nach. Es scheint, als ob irgendeine unbekannte Macht das Ziel boykottieren würde. Seine Existenzängste wirken sich auch auf seine Beziehung negativ aus.

Nun sind Ziele grundsätzlich zumeist realisierbar. Jeder „normal begabte“ Mensch kann ein „normales“ Ziel mit dem „üblichen“ Aufwand auch erreichen. Funktioniert dies nicht, so liegt die Ursache jedenfalls nicht in offensichtlichen Punkten, die durch Mehrarbeit oder Intelligenz abgestellt werden könnten. Wenn es in Deutschland mehrere Tausend kleine IT-Unternehmen gibt, die funktionieren, sollte dieses Ziel in der Regel auch für Franz erreichbar sein.

In der Sitzung mit der „Wunderfrage“ arbeitet er sehr intensiv mit, gerät gleich in eine leichte Trance und beschreibt verträumt sehr genau, wie sein Leben in der Zeit nach dem Wunder aussieht. Er könnte das Drehbuch eines erfolgreichen Unternehmertums sofort aufschreiben. Was also hindert ihn daran, dies genauso umzusetzen? Die Frage nach der Unähnlichkeit lässt ihn stutzen. Oft ist die erste Antwort ein „Nein“. Schaut der Klient dann genauer hin, erkennt er plötzlich, dass es da doch jemanden gibt. In Franz' Fall ist es der bereits vor zwei Jahren verstorbene Vater. Franz Vater war gewerkschaftlich engagiert und kämpfte gegen jede Form von Kapitalismus. Unternehmer waren in der Regel der Feind. Der Vater hatte lebenslang als Betriebsrat sein gesichertes kleines Einkommen, hatte es aber nie zu mehr bringen wollen. Dies erschien ihm als Verrat an den kleinen Leuten, es wäre unanständig gewesen. Dem Leistungsprinzip hatte er sich verweigert.

Franz erkennt plötzlich, dass er, sollte er nun geschäftlich erfolgreich sein, alle Ideale des Vaters verraten und über Bord werfen würde. Er würde ihm damit sehr unähnlich werden.

Eine ganz andere Möglichkeit wäre, dass Franz niemandem unähnlich, aber seinem Vater ähn-

licher würde. Angenommen, dieser wäre Unternehmer gewesen, hätte kaum Zeit für die Familie, wäre ein Machtmensch und hätte Spaß daran, seine Angestellten bis zum Äußersten anzutreiben, wäre dies ein Grund für Franz, nicht erfolgreich zu sein.

Und zuletzt verbleibt auch die häufige dritte Variante, dass der Vater erfolgreich war und der Sohn ihm nacheifern möchte, dies aber tatsächlich gar nicht seinen wirklichen Neigungen entspricht. Mag sein, dass er ein eher musischer Mensch ist, der als Geschäftsführer eines IT-Unternehmens keinen Spaß hätte.

Franz würde also seinem Vater unähnlicher werden. Der Coach hat nun mehrere Möglichkeiten: Er lässt Franz ein kurzes Rollenspiel machen, in dem er auch sein Vater ist, der seinem Sohn Franz seine Meinung sagt, ihm vielleicht einen Rat gibt und auch zu seinem eigenen Leben ein paar Worte verliert. Möglich, dass Franz' Vater sagt, dass er es auch schon einmal bereut hatte, so stur den Erfolg abgelehnt zu haben. Dies geht nicht sehr in die Tiefe, kann jedoch schon etwas bewirken und ist eben vor allem im aktuellen Moment eine machbare Möglichkeit.

Wirksam einsetzbar wäre hier eine Zielaufstellung, eine systemische Strukturaufstellung. Aufgestellt werden mit Repräsentanten „der Fokus“, „das Ziel“, „das Wunder“, „der Vater“ und vielleicht noch andere Personen, Dinge oder Qualitäten, die der Aufsteller als wichtig erachtet. Dies ist eine sehr kraftvolle Möglichkeit, die stark von der Qualität des Aufstellungsleiters abhängt und mitunter auch für die Repräsentanten nicht einfach ist. In den seltensten Fällen stehen jedoch gerade Repräsentanten zur Verfügung. Alternativ besteht die Möglichkeit, diese Aufstellung mit Figuren durchzuführen. Allerdings haben doch einige Menschen Schwierigkeiten damit, sich in die Gefühlswelt einer kleinen Plastikfigur hineinzusetzen.

Eine interessante Alternative können hier schamanische Elemente sein.

Schamanische Arbeit zu beschreiben ist nicht einfach, da es sich um eine Erfahrung handelt, nicht um eine theoretische Übung.

Ein beschriebener Sonnenuntergang ist nicht mehr der echte. Jede Beschreibung gibt immer nur ein Bild der Oberfläche, eine technische Beschreibung wieder. Die eigentliche Arbeit geht tiefer als es das Papier vermitteln kann. Die Spirits, mit denen gearbeitet wird, sind für jeden Menschen anders, und ich möchte es einmal dahin gestellt lassen, ob es eher innere Anteile unseres Selbst oder doch wirkliche „Geister“ sind.



Definition Coaching

Coaching ist die professionelle Beratung, Begleitung und Unterstützung von Personen mit Führungs- / Steuerungsfunktionen und von Experten in Unternehmen / Organisationen. Zielsetzung von Coaching ist die Weiterentwicklung von individuellen oder kollektiven Lern- und Leistungsprozessen bzgl. primär beruflicher Anliegen.

Als ergebnis- und lösungsorientierte Beratungsform dient Coaching der Steigerung und dem Erhalt der Leistungsfähigkeit. Als ein auf individuelle Bedürfnisse abgestimmter Beratungsprozess unterstützt ein Coaching die Verbesserung der beruflichen Situation und das Gestalten von Rollen unter anspruchsvollen Bedingungen.

Durch die Optimierung der menschlichen Potenziale soll die wertschöpfende und zukunftsgerichtete Entwicklung des Unternehmens / der Organisation gefördert werden.

(Quelle: Homepage Deutscher Bundesverband Coaching e.V.)

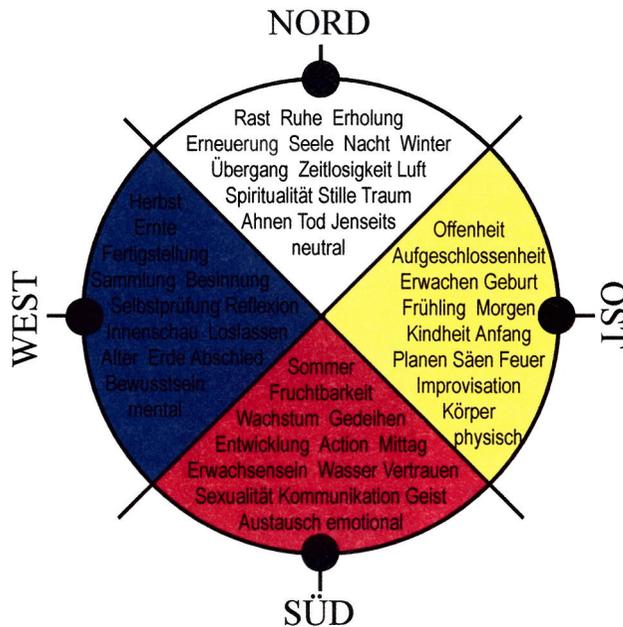


Abb. 1: Das Medizinrad der Indianer

Im Core-Schamanismus, der das uralte Wissen der Schamanen in eine für uns verstehbare und anwendbare Form gebracht hat, läuft die Sitzung wie folgt ab: Zunächst wird das Problem besprochen, man beachte, dass

dies absolut gegensätzlich zum Coaching ist! Hier jedoch soll der Klient ein intensives Gefühl, dass er mit dem Problem verbindet, entwickeln. Es wird keinesfalls nach der Ursache geforscht. Der Sinn liegt darin, dass das Erleben des Gefühls eine Tür ins Unbewusste öffnet, durch die Heilung geschehen kann. Dies erreicht der Coach durch gezieltes Fragen: „Wie ist das Gefühl?“, „Was macht es mit Ihnen?“ etc.

Darauf erfolgt die Reinigung des Energiefeldes. Der Coach, der durch Rasseln, Trommeln oder andere Mittel in einer leichten Trance ist, kann Energien, die mit dem Problem verbunden sind, sehen und auflösen. Stellen Sie sich dies vor, als wenn Sie im Klienten einen großen Felsen „sehen“ und diesen mit Riesenkräften einfach entfernen. Jeder erlebt diese Bilder anders. Der eine bleibt in unserer Welt, der andere erlebt bunte Fantasiewelten.

Im zweiten Schritt wird nach „Besetzungen“ gesucht. Schamanen arbeiten mit Bildern und Metaphern. Eine Besetzung wird oft als eine verstorbene Person beschrieben, deren Seele sich im Klienten festgesetzt hat, weil sie die Welt aus irgendwelchen Gründen nicht verlassen möchte. Moderner würde man sie eher als eine negative Energie, einen Widerstand des Klienten gegen etwas verstehen. Die Auflösung einer Besetzung kann z. B. durch Visualisierung eines klärenden Gesprächs des Schamanen mit dieser „Seele“ geschehen.

Im dritten Schritt der schamanischen Reise in die „Unterwelt“ werden durch frühere Ereignisse wie Traumata verlorene Seelenanteile zurückgeholt und Glaubenssätze geändert. Der Coach bereist die „Unterwelt“, sieht dort ein Kind, das den verlorenen Seelenanteil repräsentiert. Dieses Kind muss überzeugt werden, dass das, weswegen der Seelenanteil sich zurückgezogen hat, keine Bedrohung mehr ist. Es muss sicher sein, dass der Klient sich entsprechend um es kümmern wird. Ist dies erreicht, kann der Coach es mitnehmen und seine Energie wieder beim Klienten montieren, dies geschieht z. B. durch Einpusten in ein Chakra. Im Verlaufe der Reise betritt der Coach mehrere „Räume“, u. a. den „Raum der Glaubenssätze“. Dort findet er zumeist einen Glaubenssatz seines Klienten, bei Franz z. B. „Ich darf nicht erfolgreich sein, dies ist moralisch verwerflich, und ich würde meinen Vater enttäuschen“. Hier visualisiert der Coach einen neuen Satz. Der könnte lauten: „Ich darf erfolgreich sein, Geld ist nichts Schlechtes.“

Das Erstaunliche ist, dass der Klient dabei nichts tut, es aber viel zu oft zur Heilung kommt, als dass es Zufall sein könnte. Es scheint, als ob wir alle doch mehr miteinander verbunden sind als wir meinen und die Arbeit des Schamanen im Klienten etwas auslöst. In meiner Arbeit habe ich oft das Gefühl, dass ich immer auch mich selbst heile. Die Probleme meiner Klienten sind meine Probleme. Folgerichtig geht der hawaiianische Schamanismus, der auf der Huna-Philosophie basiert, davon aus, dass wir bei der Heilung eines anderen immer uns selbst heilen. Der hawaiianische Therapeut Dr. Ihaleakala Hew Len, der eine ganze psychiatrische Abteilung arbeitslos machte, sagte dazu: „Ich heilte einfach den Teil von mir,

der sie erschaffen hatte." Er nutzte dazu das Ho'oponopono-Ritual, bei dem man die Verantwortung für alles übernimmt, sich zugleich ver gibt und für das daraus Gelernte bedankt.

Alles, was wir erleben, ist
– weil wir es erleben –
ein Teil von uns.
Wir haben die Verantwortung
– nicht die Schuld – dafür.

Erwähnen möchte ich ein weiteres Ritual, das seinen Einsatz bei unserem Beispiel-Klienten finden könnte: das Medizinrad der Indianer (vgl. Abb. 1). Im Medizinrad stehen die vier Himmelsrichtungen für den Kreislauf des Tages, des Jahres, des Lebens und aller anderen Dinge, die entstehen, wachsen und wieder vergehen. Im Medizinrad gibt es weitere 34 Steine, die bestimmte Unterthemen repräsentieren. Man kann jeden dieser Steine als ein Urprinzip oder als einen Archetypen verstehen, die Urbilder menschlicher Vorstellungsmuster. Dies zu erläutern würde hier den Rahmen sprengen. Für die Arbeit im Coaching gibt es die Möglichkeit, das Rad mit seinen Richtungen mit Bodenankern (Steinen oder anderen Markierungen) auszulegen. In Franz' Fall steht der Osten für die Zeit der Planung und der Projektierung. Der Süden ist die Umsetzung, die „Action“. Im Westen ist die Zeit der Ernte und des Rückblicks, der Winter steht für die Ruhephase, bevor ein neues Projekt angegangen wird. In allem, was der Mensch tut, ist diese Reihenfolge enthalten. Das Magische ist, dass Franz sich entsprechend seinem tatsächlichen Erleben an der jeweiligen Position mehr oder weniger wohl fühlt. Der Osten, die Planung, ist ihm wohl vertraut, der Süden, die Phase der Umsetzung, ist schon schwieriger, und der Herbst, die Zeit der Ernte, wo er das Erreichte genießt, ist gar nicht sein Ding. In der Position des Nordens, dem Winter, wiederum fühlt er sich entspannt und ruhig. Indem er nun diese vier Positionen (mehrere Male) mit einigen Minuten Aufenthalt und Einfühlen durchläuft, wird er mehr und mehr vertraut mit der Energie des Erfolgs und den Zeiten des Übergangs zwischen den einzelnen Phasen. Eventuelle Blockaden beginnen sich bereits unbewusst zu lösen.

Die vier Richtungen sind ein flexibles kreatives Werkzeug, das sich auf verschiedenste Themen anwenden lässt. In der Abbildung 1 kann man eine Auswahl von Interpretationen sehen. Auch gegen den Uhrzeigersinn und entlang der Achsen kann gearbeitet, sprich: von einer Position zur nächsten gewechselt werden. So können Ideen aus der Planungsphase „Osten“ gleich im „Westen“ überprüft werden. Dort erhält man ein klares Gefühl, was Sinn ergibt und was nicht. Hier sind gewisse Parallelen zum Tetralemma, dem Entscheidungstool der systemischen Strukturaufstellungen zu erkennen. Im Rahmen einer Gruppe können die Richtungen hervorragend durch Repräsentanten dargestellt werden, die dann auch die Möglichkeit haben, die Lösung des Problems zu unterstützen. Sie wirken wie eine Art Brennglas, das das Wissen der Rich-

tungen fokussiert auf den in der Mitte stehenden Klienten leitet.

Abschließend möchte ich noch auf den Ritualcharakter der schamanischen Arbeit eingehen:

Nicht ohne Grund arbeiten
Schamanen mit streng
strukturierten Ritualen.
Ohne einen respektvollen Rahmen
verliert die Arbeit viel Kraft.

Jeder Arzt schafft in seiner Praxis bewusst oder unbewusst einen rituellen Rahmen. Da sind die Rezeption, das Wartezimmer, ein besonderer Geruch, die Geräte, der weiße Kittel und das Stethoskop. Der Schamane erschafft dies durch das Räuchern als symbolische mentale Reinigung, ein Gebet und die Anrufung der sechs Richtungen als Akt der Einbeziehung der geistigen Kräfte, die Zeremonie der Heilung selbst und das abschließende Dankgebet. Genau wie beim Arzt der Doktor-Titel wirkt auch der gute Ruf des Schamanen unterstützend. Und abschließend kann eine kleine Feier nie schaden – Klienten werden oft gebeten, abends ein Salzbad zu nehmen und sich Zeit für sich selbst zu nehmen.

So wie man kein Coach durch das Lesen von Büchern wird, so wird man auch nicht allein aus Büchern die schamanischen Techniken erlernen können. Es ist nicht unbedingt der Vorgang der Initiation beim „Meister-Schamanen“, wie man oft hört, sondern eher die gemeinsame Gruppenerfahrung und das Erarbeiten der Techniken, die zu einer Erfahrung führen, ohne die schamanische Arbeit nicht sicher und gewissenhaft möglich ist. Die Fähigkeit dazu haben wir alle, jeder kann schamanische Techniken erlernen. Und immer wieder gibt es Menschen, die dies alles intuitiv bereits auf ihre ganz eigene Art beherrschen.



Die Wunderfrage (Kurzfassung)

Ich würde Ihnen gerne eine etwas ungewöhnliche Frage stellen. Sie gehen gleich wieder nach Hause. Sie tun das, was Sie immer tun. Irgendwann gehen Sie schlafen. Angenommen, über Nacht würde ein Wunder geschehen und Ihre Sorgen und Probleme wären verschwunden. Woran würden Sie dies bemerken?

Literaturhinweise

- Driver, Oliver: Selbstheilungspraxis – Der schamanische Weg. Schirner 2010
De Shazer, Steve: Mehr als ein Wunder. Carl Auer 2008
Kahili King, Serge: Der Stadt-Schamane. Lüchow 1994