

forum erwachsenenbildung

profiliert – kompetent – evangelisch

Wohlbefinden durch spirituelle Kompetenz



Constantin Klein

Well-Being-Angebote in der Evangelischen Erwachsenenbildung?

Michael Utsch

**Weder Wunscherfüllung noch Widerfahrnis –
Ein evangelischer Blick auf Gesundheit und Wohlbefinden**

Astrid Giebel

**Spiritualität in der diakonischen Arbeit –
Eine Herausforderung für die berufliche Erwachsenenbildung**

Friedericke Höher

**Perspektiven einer systemischen Gesundheitsbildung im
Spannungsfeld von Selbstsorge, Management und Spiritualität**

Freimut Schirrmacher

**Evangelische Akzente in der betrieblichen Weiterbildung –
Eine Frage des Wohlbefindens**

Exklusiv für Abonnenten der forum erwachsenenbildung

- Die digitalen Ausgaben und Einzelartikel Ihrer forum erwachsenenbildung stehen Ihnen zum kostenlosen Download auf wbv-journals.de/forum-eb zur Verfügung.
- Alle weiteren digitalen Artikel auf wbv-journals.de erhalten Sie zu einem Vorzugspreis (bis zu 20% Rabatt).

wbv-journals.de/forum-eb

Hinweis:

Als Abonnent erhalten Sie ihren persönlichen Aktivierungscode 2014 mit diesem Heft.

Sollten Sie die Karte aus Versehen nicht erhalten haben, wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice unter 0521/911 01-11.

Sie sind noch kein Abonnent der forum erwachsenenbildung?

Alle Infos finden Sie unter wbv-journals.de/forum-eb.

Liebe Leserinnen und Leser,

neulich in einem Münsteraner Programmkino: Ein blinder Pädagoge namens Ian beginnt seinen Dienst in einer Klosterschule und er wirkt in seinem Auftreten wie ein Versprechen. Durch seine riskante Lebensart und seine unorthodoxen Lehrmethoden weckt er unter den blinden Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen im Haus, die Lust am Denken, Wahrnehmen und Genießen. Durch seine Anwesenheit werden Gefühle ein wichtiger Teil des Unterrichtsgeschehens; langsam erwächst daraus im Kloster eine neue Sensibilität für alles nicht Augenscheinliche. Ian schürt in der kirchlichen Enklave die Hoffnung auf ein vitales und selbstbestimmtes Leben.

So gesehen handelt der Film von Wohlbefinden trotz institutioneller Restriktionen, gesellschaftlicher Barrieren und körperlicher Einschränkungen. Der Film wendet sich gegen eine genormte, gedopte und sich selbst vergötzende Individualität. Zugleich zeigt er auf, wie quälend die eigenen Misere sein können, wie schnell Betroffene beginnen, sich selbst auszugrenzen und zu bemitleiden, wenn sie nicht versuchen, das Glück in ihre Hände zu nehmen – mittels täglicher Übung der Sinne, geistiger Regsamkeit, gemeinsamer Witzigkeit und gegenseitiger Ermutigung. Es ist ein Streifen gegen bequeme, stumpfsinnige, fixierte Existenz. Der Film zeigt, wie sehr Wohlbefinden von Bildung abhängt, warum eine handlungs- oder kompetenzorientierte Bildung ein gewisses Arbeitsethos erfordert und in welcher Hinsicht Wohlbefinden jenseits des Mainstreams Sinn macht. So weit, so gut. Darüber hinaus aber thematisiert der Film von Regisseurs A. Jakimowski mit überraschender Vehemenz ebenso, dass der pädagogische Protagonist nicht bloß neue Kompetenzen zur Bewältigung eines prinzipiell eingeschränkten Alltags- und Arbeitslebens trainiert, wofür allein er bezahlt wird, sondern Ian belebt über solche Nützlichkeitserwägungen hinaus, langsam aber stetig den Glauben, das Selbstvertrauen der Gruppe und der Einzelnen, ihre Einbildungskräfte, letztlich die Kraft der Liebe im Kloster. Diese Dynamik bleibt natürlich nicht ohne Folgen, und hierfür steht der treffliche Titel des Films: „Imagine“. Man hat es tatsächlich mit spirituellem Kino zu tun, das lebhaft vorführt, warum Wohlbefinden nicht allein durch wissensbasierte Ertüchti-

gung von Körper und Geist zu entwickeln ist, sondern essenziell von heimlichen sowie geteilten Glaubensüberzeugungen, Wünschen und Intuitionen abhängt. Jakimowski erzählt uns die Geschichte eines spirituellen Bildungsprozesses, der quer zu Makellosigkeit, Selbstgefälligkeit und Uniformität initiiert wird, sich Bahn bricht, doch dies ohne sich einzulassen auf weltfremde Körperverachtung, Phantasmen und exklusive Frömmelei.

Wenn Sie, liebe Leserinnen und Leser, mehr erfahren wollen von derart geerdeter und zugleich subversiver Spiritualität, beziehungsweise wenn Sie sich schlichtweg fragen, was Religiosität – ob christlich oder nicht – mit Wohlbefinden zu tun hat, und vor allem, wie dieser Zusammenhang bildungspraktisch aufzugreifen ist, dann dürfte Sie unsere aktuelle Ausgabe besonders interessieren. Leuchtet Ihnen etwa ein, warum der Apostel Paulus „sportlich“ war? Können Sie sich vorstellen, dass Unternehmen ganzheitliche Gesundheitsstrategien erwachsenenpädagogisch entwickeln? Oder ist Ihnen bekannt, weswegen in Weiterbildungen der Diakonie „spiritueller Schmerz“ ein Thema ist, aber ansonsten immer öfter ein „Bypass für die schmerzhaften Seiten der Seele“ gelegt wird? – Unsere Artikel geben hierauf Antworten, bringen eine Menge konzeptioneller Ansatzpunkte zur Sprache, und obgleich alle Artikel sich im Tenor bemerkenswert einig zeigen, bieten sie doch sicherlich im Detail und in ihrer Gesamtheit nicht wenig spannende Diskussionspunkte.

Eine anregende Lektüre und weitergehende Gespräche darüber

wünscht Ihnen

Ihr

Steffen Kleint

Dr. Steffen Kleint



Wissenschaftlicher
Mitarbeiter, Comenius-
Institut
Redaktionsleitung forum
erwachsenenbildung
E-Mail: kleint@
comenius.de

SEITE
15

Constantin Klein

Well-Being-Angebote in der Evangelischen Erwachsenenbildung?

Im Beitrag wird überlegt, inwieweit sich das psychologische Konzept des „Well-Being“ als Gegenstand der Erwachsenenbildung eignet, wobei das besondere Augenmerk auf dem Konzept des „Spiritual Well-Being“ liegt. Es wird erörtert, inwieweit Spiritual Well-Being im Rahmen theologischer Reflexion fruchtbar zu machen ist und in welcher Form auf Well-Being abzielende Angebote im Rahmen der Evangelischen Erwachsenenbildung von Interesse sind.

SEITE
19

Michael Utsch

Weder Wunscherfüllung noch Widerfahrnis – Ein evangelischer Blick auf Gesundheit und Wohlbefinden

Der Aufsatz weist auf die Sackgassen des Machbarkeits- und Optimierungsdenkens und seine krank machenden Folgen hin. Dennoch ist die christliche Gemeinschaft herausgefordert, die Heilungspotenziale von hoffnungsvollem Vertrauen zu nutzen und einzuüben. Welche spirituellen Kompetenzen dafür benötigt werden, wird im letzten Abschnitt beschrieben.

SEITE
24

Astrid Giebel

Spiritualität in der diakonischen Arbeit – Eine Herausforderung für die berufliche Erwachsenenbildung

Die Begleitung von Menschen in existenziellen Situationen ist der Kernauftrag der Diakonie. „DiakonieCare“, ein Curriculum zur Weiterbildung, zielt auf ein neues beziehungsorientiertes Pflegeverständnis und eine neue Pflegebewegung. Diese Entwicklung stellt auch die Evangelische Erwachsenenbildung vor neue Herausforderungen.

SEITE
29

Friedericke Höher

Perspektiven einer systemischen Gesundheitsbildung im Spannungsfeld von Selbstsorge, Management und Spiritualität

Im Spannungsfeld von Gesundheitsmanagement und Spiritualität sowie vor dem Hintergrund zunehmender psychischer Beanspruchungen in der Arbeitswelt skizziert der Beitrag aktuelle Stressbelastungen, entfaltet ein ganzheitliches, salutogenetisches Verständnis von Gesundheit und Gesundheitsbildung und identifiziert Schwierigkeiten, die mit der Integration eines solchen Ansatzes in betriebliches Gesundheitsmanagement und Führungskräfte trainings mit individualisierter Perspektive verbunden sind.

SEITE
34

Freimut Schirrmacher

Evangelische Akzente in der betrieblichen Weiterbildung – Eine Frage des Wohlbefindens

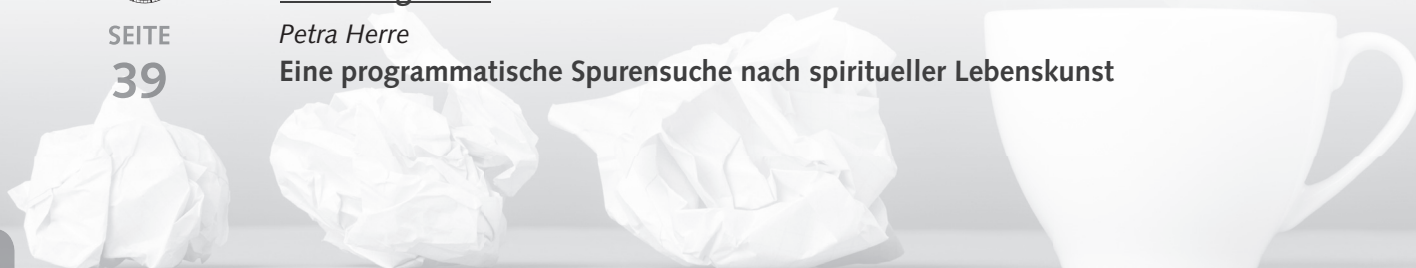
Wie kann man sich betriebliche Weiterbildung mit evangelischem Akzent vorstellen? Und welche Bedeutung kommt dabei dem Wohlbefinden der Beteiligten im Unternehmen zu? Anhand von Ergebnissen des erfolgreich durchgeführten Projektes „Gesund bleiben in der Arbeitswelt“ eröffnet der Beitrag konzeptionelle Perspektiven für die evangelische Bildungsarbeit.

SEITE
39

Nicht Vergessen!

Petra Herre

Eine programmatische Spurensuche nach spiritueller Lebenskunst



AUS DER PRAXIS

<i>Eckhard Rahlenbeck</i> Wenn Männer den Tag pflücken – „Bizeps & Bibel“ als morgendliche Kraftquelle	6
<i>Irene Leicht</i> Noch einmal (glücklich) konfirmiert?	8
<i>Karl-Heinz Bittl</i> Zwischen Erlöserfantasien und Wohlbefinden – Rollenklärungen in Teams	9
<i>Rüdiger Maschwitz</i> Spirituelle Übung ist gefragt	11
<i>Dagmar Spelsberg</i> Mehr als Wellness	13

EINBLICKE

Standpunkt

<i>Freimut Schirrmacher</i> Wohlbefinden – Wellness und evangelischer Glaube	40
---	----

Bildung Europa

<i>Rainer Sörgel</i> Evangelische Erwachsenenbildung in Spanien: Lernen in den Grenz-Räumen emergierender religiöser Minderheiten	42
---	----

Standpunkt

<i>Gerritt Heetderks</i> Wohn-Befinden – Ein zentrales Thema für die Evangelische Erwachsenenbildung	46
---	----

Distance Learning

<i>Gertrud Wolf</i> Keine Angst vor Prüfungsängsten!	47
---	----

SERVICE

Filmtipps	50
Publikationen	51
Termine	56
Impressum	58

Arbeitsfelder der DEAE

- Familie und Generation
- Kultur und Zivilgesellschaft
- Theologie und Religion
- Professionelle Praktiken

EEB Theologie und Religion

Wenn Männer den Tag pflücken – „Bizeps & Bibel“ als morgendliche Kraftquelle

Eckhard Rahlenbeck



Vorsitzender der Evangelischen Erwachsenenbildung im Landkreis Esslingen, Journalist und Kommunikationswissenschaftler
E-Mail: eckhard.rahlenbeck@yahoo.de

Der Wecker rasselt früh. Nicht ohne Grund will die Morgenstunde etwas von der mönchischen Lebensweise nahebringen. Den Tag in Gemeinschaft beginnen, einer besonderen Gemeinschaft, nicht dem Tempo und der Routine geopfert, nicht hastig ökonomischen Zwängen oder dem Druck von Karriere und Konkurrenz ausge-

liefert – das hat was. Die Männer haben das Bedürfnis nach konzentrierter Besinnung. Sie erwartet eine kostbare, fast weihevollte Zeit zwischen 7:30 und 9:00 Uhr. Dazu gehören das Erspüren des beginnenden Tages, die Fragen zur eigenen Existenz zwischen Hinfälligkeit und Ewigkeit, die Spannung und auch die Harmonie zwischen Vernunft und Glauben sowie der Genuss, sich mit Leib und Seele als Ebenbilder des Allmächtigen und Allgegenwärtigen zu entdecken.

Zugegeben, das sind hohe Ansprüche. Nie besteht die Gewähr, dass sie erfüllt werden können. Trotzdem ist die Hingabe für dieses, unser Erwachsenenbildungsformat, von zentraler Bedeutung. Wir geben nicht auf, suchen und sehnen uns, uns unverstellt zu begegnen, ein Hier und Jetzt in einer immer neu erfahrenen Tiefe erleben zu können, die mit den abgegriffenen Floskeln von „Achtsamkeit“ oder einer Wahrnehmung „mit allen Sinnen“ nicht würdig beschrieben wäre.

Im Einladungstext heißt es: „Zum Start in den Tag bringen sich Männer in Bewegung. Unter Anleitung eines Ergotherapeuten kommen wir in Schwung, aktivieren Muskeln und Gelenke, üben Anspannung und richtige Entspannung – auch gegen Stresssituationen. Getreu der alten Weisheit ‚Carpe diem, pflücke den Tag‘ erschließen wir Kraftquellen für Alltags- und Sonntage.“ Der Saal, in dem wir beginnen, ist leer geräumt. Wir haben eine freie Aktionsfläche. Gewöhnlich sind die Räume, in denen Erwachse-

nenbildung stattfindet, ja mit Sitzmöbeln bestückt. Was nicht unbedingt zur Attraktivität der Angebote beiträgt, gerade bei den vielen Zeitgenossen, die als Kopfarbeiter an Schreibtischen oder Konferenztischen hocken. Dazu bieten wir bewusst den Kontrast.

In der ersten halben Stunde also Körperübungen. Man könnte sie auch Wahrnehmungsübungen nennen. Sportdress ist nicht erforderlich, legere Alltagskleidung genügt. Der erfahrene Ergotherapeut legt es darauf an, die Teilnehmer, wie er es gerne ausdrückt, zunächst „in den Senkel zu stellen“. So belanglos selbst einfaches, aufrechtes Stehen auch erscheint, die Übungen lehren uns staunen, wo wir gewöhnt sind, nur Selbstverständliches zu sehen. Es tut gut, die Erdgebundenheit mit dem eigenen Körper zu entdecken, dankbar zu spüren, wie der Boden unter uns trägt und sicheren Halt gibt. Die Bewegungsarbeit ist alles andere als schweißtreibend. Sie vollzieht sich meist in zeitlupenartiger Abfolge. Wir werden aufmerksam für Sensomotorik, das Zusammenspiel von sensorischen und motorischen Leistungen. Wir werden eingeführt in das Beziehungsfeld von Leib und Seele. Das zeigen beispielhaft Gebetshaltungen, wie bei den Wüstenvätern der aufrechte Stand mit in die Höhe gestreckten Armen und Händen. Das Übungssystem des Tai-Chi-Chuan bildet die praktische Basis der Bewegungsübungen.

Danach, im zweiten Teil von „Bizeps & Bibel“, treten Männerpersönlichkeiten in den Vordergrund.



Um auf Nummer sicher zu gehen, orientierten wir uns beim Start in der ersten Staffel 2009 und 2010 thematisch an einer Buchvorlage. Die Kapitel des Bandes „Kämpfen und lieben – Wie Männer sich selbst finden“ des Benediktinerpaters Anselm Grün gaben die Gliederung vor. Gestalten des Alten und Neuen Testaments, die wir im Einladungstext so ankündigten: „Männer voller Energien und Begabungen, aber auch mit Narben und Schwächen. Wir nehmen ihre Lebensgeschichten und Entwicklungsgeschichten in den Blick, erfahren von ihren Veranlagungen und Versuchungen, sehen Unzulänglichkeiten und Ängste.“ Wir dürfen uns in den Männergestalten wiederfinden. Ihr Werden und Wirken zeichnen wir nach. Sie begegnen uns nicht als makellose Heilige oder Helden. Rückschläge, Krisen und Beschämungen werden nicht ausgespart. Zum Glauben gehören der Zweifel, der nicht verzweifeln lässt, die bohrenden Fragen, Prüfungen und die Widersprüche, die oft ratlos und orientierungslos machen.



Die Referenten, die mit einem etwa halbstündigen Referat das Gespräch anregen, sollten nicht unbedingt Profis aus der Theologenschaft sein. Zu Anfang gelingt das auch, was den Aufmerksamkeitswert der Reihe noch steigert. Der Geschäftsführer des größten Textilunternehmens am Ort stellt Mose vor; in zehn Punkten entwickelt er Führungsqualitäten des Propheten, die heute noch als Richtschnur gelten könnten. Ein Redakteur der Regionalzeitung spricht über „Abraham – der Pilger“, ergänzt durch eigene Pilgererfahrungen. Simson, der Kriegerpersönlichkeit aus dem Buch der Richter, widmet sich der Vorstandsvorsitzende einer landesweiten Pflegeeinrichtung, dem König David der Geschäftsführer der Diakoniestation. Die theologisch nicht vorgebildeten Referenten wurden durch die Anfrage, bei „Bizeps & Bibel“ mitzuwirken, mehr oder weniger überrascht. Sie bekunden fast einhellig, wie sehr das Studium der biblischen Figuren für sie bereichernd war. Im fünften Jahr der Reihe scheint das Reservoir interessanter Laienreferenten jedoch erschöpft. Stattdessen fällt es leicht, Theologen aus der Ökumene, wie den Stadtpfarrer und stellvertretenden Dekan der katholischen Kirche oder den Pastor der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde, zu gewinnen.

„Bizeps & Bibel“ ist bewusst originell gewählt, ein nicht ganz todernter gemeinter Titel mit besserer Wiedererkennbarkeit als verbreitete Männerformate in der Erwachsenenbildung wie „Männerfrühstück“ oder „Männervesper“. „Bizeps & Bibel“ zeigt Wirkung wie ein unverwechselbares Markenzeichen. Die mediale Aufmerksamkeit ist ungebrochen. Die Reihe sorgt für Gesprächsstoff. Nach der bewährten Regel „Tue Gutes und rede darüber“ wird jeder Termin mit einer Pressemitteilung angekündigt. Jede Meldung ist also ein kleiner Mosaikstein in der Öffentlichkeitsarbeit unseres Bildungswerks. Desgleichen erhalten die Interessenten zwei Tage vorher oder am Vortag eine eigens getextete Einladung per Rundmail. Die Teilnehmer sind dankbar für diese Anstöße, die meist mit der Betreffzeile „Last Call Bizeps & Bibel“ verschickt werden.

Die Männer, die sich den Wecker für „Bizeps & Bibel“ stellen, gehören mehrheitlich zu den Senioren der dritten, aktiven Lebensphase. Sie sind vielfältig ehrenamtlich engagiert. Dennoch sind auch Teilnehmer aus dem aktiven Erwerbsleben darunter, die sich einen Arbeitsbeginn nach 9:00 Uhr erlauben können. Die Gruppe der zehn bis 15 Männer, die sich einmal pro Woche im Gemeindehaus der Stadtkirchengemeinde St. Laurentius in Nürtingen eine Auszeit nimmt, tut das im bewussten Kontrast, im Perspektivwechsel zum fremdbestimmten Trott des Alltags.

„Bizeps & Bibel“

Leib-Seele-Kraftquellen für Männer

- Herbst 2009/Frühjahr und Herbst 2010: 17 Einheiten über biblische Männergestalten, orientiert am Buch „Kämpfen und lieben – Wie Männer zu sich selbst finden“ von Anselm Grün
- Frühjahr 2012: neun Einheiten über Repräsentanten der frühen Kirchengeschichte (Kirchenväter)
- Frühjahr 2013: zehn Einheiten über christliche Persönlichkeiten der jüngeren Geschichte
- Herbst 2013: neun Einheiten über Kirchenlehrer und Philosophen des Mittelalters
- Frühjahr 2014: neun Einheiten über Männer der Reformationszeit

Ort: Gemeindehaus St. Laurentius, Johannesstr. 9, Nürtingen

Zeit: jeweils dienstags von 7:30 bis 9:00 Uhr

7:30 bis 8:00 „Bizeps“, 8:10 bis 9:00 „Bibel“

Leitung: Eckhard Rahlenbeck, Evangelisches Bildungswerk

Peter Scharfenberger, Ergotherapeut, Nürtingen

Kostenbeitrag: 5,- € pro Einheit

Evangelisches Bildungswerk im Landkreis Esslingen

Tel.: 07022 905760

E-Mail: bildungswerk.es@web.de

EEB Theologie und Religion

Noch einmal (glücklich) konfirmiert?

Dr. Irene Leicht



Pfarrerin in der EEB
Freiburg
Ernst-Lange-Haus
Habsburgerstr. 2
79104 Freiburg
E-Mail: irene.leicht@kbz.
ekiba.de

Kurswochenenden und ein gemeinsamer fünftägiger Klosteraufenthalt bilden das Gerüst zur Entwicklung spiritueller Kompetenz.

Hinzu kommt ein Gesprächszyklus mit einer / einem Spiritual/-in sowie ein täglich zu praktizierendes Ritual, dessen Gestaltung und zeitlicher Umfang den Teilnehmenden freisteht. Zudem wählen die Teilnehmenden ein mindestens fünftägiges spirituelles Angebot außerhalb des Kurses. Wenn im Rahmen der Fortbildung eine schriftliche Arbeit verfasst wird, die auf den Kurs und eine einzelne spirituelle Praxis reflektiert, so wird ein entsprechendes Zertifikat ausgestellt.

Dass ich das hier so aufzähle wie einen Katalog von Anforderungen, führt mich selbst dazu, unser Konzept kritisch zu befragen, denn spirituelle Kompetenz und Druck vertragen sich nicht. Meine Fragen lauten derzeit: Wie lässt sich noch freier mit Erwartungen umgehen? Und welchen Sinn machen in diesem Zusammenhang Zertifikate?

Dass ein Teilnehmer am Ende des Kurses äußerte, er fühle sich wie „noch einmal konfirmiert“, nehme ich hier zum Ausgangspunkt für meine Überlegungen zum Thema „Spirituelle Kompetenz und Wohlbefinden“.

Ich bin davon überzeugt, dass wirkliches Wohlbefinden oder Glück sich nicht herstellen lassen, doch ich sehe einen Zusammenhang zwischen „konfirmiert sein“ und „wohl sein“. Es bestehen wortwörtliche Nahtstellen zwischen „Glück“ und „Lücke“ – engl. „lucky“. In

diesem Sinne meine ich: Spiritualität konfirmiert, indem sie Lücken lässt, und spirituelle Kompetenz ermöglicht diesen „Mut zur Lücke“.

Es geht also weniger um Exerzitien, um eigenes Tun, sondern mehr um ein Geschehen-Lassen. Dies beinhaltet freilich auch Aktivität, doch, mit Martin Buber gesprochen, muss „die Aktion des ganzen Wesens [...] der Passion ähnlich“ werden. Hilfreich sind in diesem Sinne vor allem Übungen, die der Sammlung dienen und in die Stille führen. Praktiziert werden insbesondere Anleitungen, die helfen, ein Gestillt-, Genährt- und Gestärkt-Werden persönlich erfahrbar werden zu lassen. In unserem Kurs hat vieles zum persönlichen Wohlbefinden der Teilnehmenden beigetragen: die Begegnungen und der Austausch, das Feiern meditativer Abendmahlsgottesdienste, das Singen, die Gebärden, der Tanz, die Meditation eines Psalms oder einer Perikope, das Schweigen und Hören, die theologische Reflexion und Präsentation von spirituell beeindruckenden Personen, das Entdecken von Symbolen und vieles mehr. Nichts davon ist aber festzuhalten, und nichts davon ist Selbstzweck. Bildung von Spiritualität ist kein Egotrip, sondern macht die Teilnehmenden hoffentlich brauchbarer, freier von ihrem Ego, liebesfähiger. Ein solcher Weg führt auch durch „Gottesfinsternis“, wie die Teilnehmenden bisweilen erfahren mussten.

Eine Problemanzeige scheint mir folgendes Phänomen zu sein: Innerhalb des Kurses hatten alle die Aufgabe, eine 15-minütige Andacht zu gestalten, zu der es ein ausführliches Feedback gab. Manche haben sich darauf extensiv vorbereitet und allen etwas mitgegeben, z.B. etwas selbst Gebackenes oder Gebasteltes. Dahinter war teils deutlich der Druck und Anspruch spürbar, etwas Besonderes machen zu müssen. Angesichts dessen sehe ich eine Hauptaufgabe des Kurses darin, dass er konfirmiert und bestärkt in dem Vertrauen, dass das Wesentliche seelischen Wohlbefindens ein Geschenk ist und es zum Empfangen leerer Hände bedarf. Unser Kurs soll einladen zur Einfachheit, zur Sammlung und soll Mut machen zur Lücke, denn die Geistkraft weht wann, wo und wie sie will. Da kann Weiterbildung nicht „nichts“ machen, doch eben leicht auch zu viel.

Die Kursinhalte:

Spiritualität

- leibhaftig (mit allen Sinnen glauben)
- biblisch (Texte meditieren)
- kontemplativ (schweigen und da sein)
- grundlegend (Formen und Gestalten kennenlernen)
- räumlich (innen und außen in Einklang bringen)
- erfahren (Erlebtes sammeln und weitergehen)

EEB Professionelle Praktiken

Zwischen Erlöserfantasien und Wohlbefinden –
Rollenklärungen in Teams

„Alle Teammitglieder sind gleichberechtigt und sollen alle in gleicher Weise zusammenarbeiten“, lautete die Ansage eines kirchlichen Erwachsenenbildungsträgers für ein längerfristiges Weiterbildungsprojekt. Das Team setzte sich zusammen aus einem Pfarrer (Albrecht F.), der seit fast 30 Jahren Gemeindepfarrer war, einer Kommunikationstrainerin (Irina Z.), die freiberuflich seit 20 Jahren im Fortbildungsbereich arbeitete, und zwei hoch motivierten Studierenden eines Masterstudiengangs Erwachsenenbildung (Tina H. und Anton E.).

Als sich das Team zum ersten Mal traf, fanden sich alle sehr sympathisch. Sie wollten dieser Idee einer Ausbildung zum „Gemeinde-Coach“ Leben einhauchen. Diese Weiterbildung war überregional angelegt und wurde mit ESF-Mitteln finanziert. Die „Gemeinde-Coaches“ sollten nach dem Kurs den Gemeindemitgliedern ihre Kompetenzen ehrenamtlich bei Konflikten, Problemen oder beim Einstieg in die Gemeinde zur Verfügung stellen.¹

Die vier Teammitglieder hatten nach dem ersten Treffen eine regelrechte Freude an dem Projekt. Sie hatten sich zwei Stunden Zeit genommen, sich kennengelernt und auch schon die ersten Ideen für die Umsetzung besprochen. Es wurden Aufgaben verteilt, die bis zur nächsten Sitzung abgearbeitet werden sollten. Tina und Anton fühlten sich beschenkt, da sie diesen Auftrag erhalten hatten. Die Honorare waren alle gleich. Für Irina war das Honorar im unteren Bereich ihrer Einkünfte, doch sie versprach sich einen Werbeeffekt für ihre andere Arbeit. Für Albrecht war das Honorar egal. Er wollte es einem Verein in seiner Pfarrei spenden.

Mitten im Projekt erhielt ich einen Anruf von der Geschäftsleitung des EBW. Der sehr gut besetzte Kurs sei am Auseinanderbrechen, das Team total zerstritten. Ob ich nicht bei dem Team eine Konfliktberatung machen könnte.



Was war geschehen?

Ein kleiner Exkurs zu formalen und nonformalen Rollen. Formale Rollen, wir nennen sie in unserer Arbeit „Funktionen“, werden von der jeweiligen Aufgabe bestimmt. Sie orientieren sich an den Bedürfnissen, die der Einzelne in die Gruppe mitbringt. In unserm ATCC-Ansatz² gibt es sechs Grundbedürfnisse, die eine Person hat, damit sie sich in einem Zusammenleben und -arbeiten angenommen und wohlfühlt. Wohlbefinden entsteht, wenn diese Bedürfnisse entsprechend befriedigt werden. Die Bedürfnisse des Einzelnen in der Gruppe sind: a. geliebt bzw. gemocht zu werden, b. Anerkennung für sein Tun zu erfahren, c. eine Orientierung und ausreichend Information zu erhalten, d. Sicherheit für den Handlungsraum, e. Autonomie, unabhängige Entscheidungen treffen zu können, und f. einen Sinn in dem zu sehen, was wir tun. Die sechs Bedürfnisse sind wie in einem System untereinander verbunden. Manches Mal tritt ein Bedürfnis in den Vordergrund, dann werden andere weniger beachtet. Wenn dieser Zustand andauert, entsteht Angst, die uns dazu bringt, wieder einen Ausgleich zu erzeugen. Die Angst hat die Aufgabe, uns mitzuteilen, dass Bedürfnisse gefährdet sind und unerfüllt bleiben. Angst ist wie eine Wächterin: Sie hat eine Ähnlichkeit mit dem Scheinriesen Tutu in Michael Endes „Jim Knopf“. Je weiter wir die Angst von uns fernhalten, desto größer wird sie eigentlich. Je näher wir ihr kommen, desto leichter ist unser Umgang mit ihr. Sie wird kleiner, wenn wir uns ihr stellen. Die nonformalen Rollen, ich nenne sie hier jetzt der Einfachheit halber einfach Rollen, entstehen aus den Ängsten. Sie zeigen uns auf, dass etwas sehr Wichtiges bedroht ist. Sie stehen auch in einem unmittelbaren Bezug zu den Bedürfnissen. Wenn wir uns abgelehnt oder zurückgewiesen fühlen, so ist das Bedürfnis nach Zuneigung oder Liebe bedroht. Wir erleben dieses Gefühl dann unmittelbar und gehen „naturgemäß“ in eines der vorhandenen Verhaltensmuster. Gehen wir z. B. in das Verhaltensmuster „Kampf“, so werden wir den anderen anklagen oder beschuldigen. Der wird sich rechtfertigen und Gegenvorwürfe entwickeln. Dies ist dann eine einfache Konfliktsituation. Die Rollen entstehen, um uns auf wichtige Bedürfnisse aufmerksam zu machen.

Karl-Heinz Bittl



Diplom-Sozialpädagoge,
Supervisor, Coach,
Konfliktberater
E-Mail: info@eiccc.org
www.eiccc.org
www.konfliktberater.org

¹ Der besprochene Fall wurde aus Vertraulichkeitsgründen verfremdet.

² ATCC (l'approche et transformation constructives des conflits) bedeutet übersetzt: Konflikte rechtzeitig wahrnehmen und konstruktiv bearbeiten.

In den einzelnen Vorgesprächen zur Konfliktberatung stellte sich heraus, dass Irina sehr schnell in die Rolle der Leaderin geschlüpft war. Sie trieb voran, hatte viele eigene Ideen und sehr praktische Vorschläge. Sie bündelte die Energie der Einzelnen und achtete darauf, dass Entscheidungen zügig getroffen wurden. Dieser Rolle kommt die Funktion der Leitung zu, die mit Anerkennung verbunden ist. Dazu bedarf es allerdings der Zustimmung der anderen Teammitglieder. Eine verborgene und von allen vorausgesetzte Grundannahme war allerdings die „Gleichberechtigung“, also die Absicht, innerhalb des Teams ohne Leitung zu arbeiten. Diese kulturbezogene und unbewusste Prämisse wird in vielen Teams unterstellt. Vor allem in Institutionen wie der Kirche, die zwar aus der Geschichte heraus hierarchisch geprägt ist, sich ihrem Selbstverständnis nach aber am Wert der Gleichheit orientiert.

Irinas Angst vor Bewertung, Abwertung und Zwang trieb sie zuerst zu einer Höchstleistung, die dazu führte, dass sich ihre Kolleg(inn)en immer mehr zurücknahmen. Vereinbarungen wurden nicht mehr eingehalten. Irina übernahm dann auch zusätzlich noch die Aufgaben der anderen mit. Als der Kurs begann, präsentierten sie sich als Team. Sie seien alle gleichberechtigt und alle für die Leitung verantwortlich. Albrecht konnte mit seiner beruflichen Rolle trumpfen und wurde zum Seelsorger der Gruppe. Er reagierte immer empfindlicher, wenn Irina von ihm eine klare Aufgabe verlangte, die er auch umsetzen sollte. So ufernten Diskussionen, die er anleitete, immer wieder aus. Einzelne Inhalte konnten nicht mehr an dem dafür vorgesehenen Seminartag behandelt werden. Tina und Anton machten sich mit besonderer Vorliebe daran, den Ablauf

immer wieder spontan zu verändern. Sie wollten mehr Beziehung und Begegnung unter den Teilnehmenden. Die Teilnehmenden selbst wiederum verloren allmählich die Orientierung. Einzelne Teilnehmende wurden sehr aggressiv und drohten damit, den Kurs zu verlassen, wenn die vereinbarten Inhalte nicht bald durchgearbeitet würden. Albrecht sprach immer wieder mit ihnen und zeigte viel Verständnis.

Nach drei Seminaren wurden in einer Feedbackrunde Schuldige benannt. Irina war eine dieser Schuldigen. Sie brachte es angeblich nicht fertig, eine verbindliche Struktur in die Gruppe zu bringen.

Auch seien die Beiträge, die sie lieferte, qualitativ sehr schwach gewesen. Irina war fassungslos und brach in Tränen aus. Das sollte der Dank für ihre Mühe gewesen sein? Sie fühlte sich in ihrer Ehre gekränkt und beschämt. Dies hatte auch Auswirkungen auf ihren „normalen“ beruflichen Alltag. Wo sie sonst souverän aufgetreten war, wirkte sie plötzlich verunsichert.

In der Konfliktberatung wurde dann, nachdem sich die Teammitglieder gegenseitig ihre Enttäuschungen mitgeteilt hatten, eine Rollenklärung vorgenommen. Die einzelnen Aufgaben wurden nun detailliert festgelegt und gezielt einer bestimmten Person zugewiesen, in diesem Fall also die Gesamtleitung, die jeweiligen Tagesleitungen, die Moderation einzelner Einheiten, wer für die Beziehungsseite der Gruppe zuständig ist, wer sich um die Abwesenden kümmert, wer die Abende verantwortet usw. Irina wurde formal die Gesamtleitung übertragen, und in der Aufgabenbeschreibung, die sich das Team gab, wurde ihre Kompetenz anerkannt und als sehr wichtig für diesen Kurs beschrieben. Sie hatte nun die Anerkennung und die Autonomie, die sie eigentlich von Anfang an gebraucht hätte. Albrecht gestand, dass er bisher nur als Teilnehmender gewirkt habe und dass er sich in der Rolle als Seelsorger sehr wohlfühle. Das Team entwickelte daraus eine gesonderte Aufgabe, deren Bedeutung sich im Laufe des Kurses als eine sehr wichtige herausstellte. Er kümmerte sich nun um den seelsorgerischen Aspekt der Arbeit und war für alle auftretenden Fragen nach deren Sinn zuständig. Tina und Anton wollten etwas lernen und dabei auch Fehler und Irrtümer begehen können. Sie gingen in die Funktion der Praktikanten. Formal wurde das Honorar neu verteilt. Irina erhielt ein deutlich höheres Honorar, da sie Tina und Anton anleitete. Tina und Anton verzichteten von sich aus auf die Hälfte ihres Honorars. Vereinbart wurde, dass das festgelegte Honorar nur für diesen Kurs gelten und dann bei Wiederholung neu verhandelt werden sollte.

Als sie nach dieser Beratung ihre Aufgaben und „Funktionen“ der Teilnehmergruppe mitteilten, war das ganze Team erstaunt darüber, wie sich die Arbeitsatmosphäre deutlich entspannte. Die Rivalitätskämpfe in der Gruppe wurden konstruktiver. Zwar kam es auch in den folgenden Seminaren zuweilen zu Meinungsverschiedenheiten und Auseinandersetzungen, doch es zeigte sich, dass der ATCC-Ansatz, in dem der Zusammenhang von Ängsten und Bedürfnissen erklärt wurde, für das Team immer wieder eine große Hilfe war, um damit konstruktiv umzugehen.



Karl-Heinz Bittl (links) mit Kurs-
teilnehmerinnen

EEB Theologie und Religion

Spirituelle Übung ist gefragt

Kooperation mit der Evangelischen
Erwachsenenbildung im Rhein-Sieg-Kreis

1993 zog in den Kirchenkreis an Sieg und Rhein eine kleine christliche Lebensgemeinschaft (Kommunität), die Seminare zum Themenbereich „Spiritualität“ anbot. Von Anfang an bestand eine intensive Kooperation mit der damaligen Leitung der Evangelischen Erwachsenenbildung des Kirchenkreises. Die Kooperation geht so weit, dass bis heute die Leitung der Erwachsenenbildung des Kirchenkreises geborenes Mitglied im Förderverein der Gemeinschaft und ein Mitglied der Gemeinschaft wiederum Mitglied des Ausschusses des Kirchenkreises für Erwachsenenbildung ist. Die Kooperation erstreckt sich auf zwei Ebenen: Mitglieder der Gemeinschaft wirken an Angeboten der Erwachsenenbildung mit, wobei interreligiöser Dialog, Meditation und Körperarbeit die Schwerpunkte bilden. Andererseits sind die Angebote der Kommunität Teil des Jahresprogramms der Erwachsenenbildung. Die Gemeinschaft vermittelt vor allem Grundformen christlicher Spiritualität, z.B. Kontemplation, und versteht sich selbst als Bereicherung der Evangelischen Erwachsenenbildung. Beide Seiten profitieren von dieser Kooperation: Die Seminarangebote der Kommunität werden als „seriöse“ Angebote innerhalb der evangelischen Kirche erlebt und die Erwachsenenbildung wird in der regionalen Bildungslandschaft als aufgeschlossen für geistliche Bildung wahrgenommen, was zunächst durchaus außergewöhnlich war.

Sogar die Auflösung der Gemeinschaft vor zehn Jahren konnte an dieser Konstellation nichts ändern: Unter dem Namen „Wege der Stille“ übernahm eine Arbeitsgruppe die Fortführung der Seminarangebote. Der Förderverein und die gewachsene Kooperation mit der Erwachsenenbildung bestehen fort, wobei aktuell die Schwerpunkte und langfristigen Fortbildungen zu Meditation/Herzensgebet und Körperarbeit/Eutonie durch Angebote z. B. zu Enneagramm, Aktive Imagination/Traumarbeit, Meditativem Tanz, Bibliodrama und Fastenkurse für Leib und Seele erfolgreich ergänzt werden.

Zum Beispiel die christliche Tradition des
Herzensgebets – eine sehr kurze Erläuterung¹

Die Sehnsucht nach der Ruhe des Herzens (in Gott) führt viele Menschen zum Herzensgebet. Geschichtlich gesehen findet sich diese Bewegung zum Herzensgebet schon in den ersten Tagen der Christenheit und wahrscheinlich davor schon in der

jüdischen Tradition. Mit den Worten „betet ohne Unterlass“ lädt Paulus dazu ein, in der ewigen Gegenwart Gottes zu verweilen. Die Praxis des Herzensgebets ermöglicht diese Ruhe. Die orthodoxen Kirchen des Ostens haben diese Tradition bis in die Gegenwart hinein gepflegt und bewahrt. Wir übertragen die Tradition in unsere Zeit.

Rüdiger Maschwitz



Landespfarrer i. R.,
Diplom-Pädagoge, Autor
und Kontemplations-
lehrer (Via Cordis)
www.wege-der-stille.de

Spirituelles Leben generell braucht Übung, ja Einübung, Rhythmus und Kontinuität. Der Weg des Herzensgebets will geübt sein, auch wenn er sich der persönlichen Verfügbarkeit entzieht. Es ist ein mantischer Kontemplationsweg, eine christliche Schweigemeditation, auf dem ein geistliches Wort immerwährend wiederholt wird. Das Wort verbindet sich durch die Übung mit dem Atemrhythmus und gewinnt kontinuierlich eine Präsenz im Herzensraum. Die Übenden sitzen dabei in der Meditationshaltung auf Hockern und Meditationsbänkchen oder -kissen. Die alltägliche Praxis des Herzensgebets ist einfach: Die Teilnehmenden suchen sich probeweise ein Wort oder einen Satz als Wort für ihre Meditati-



Rüdiger Maschwitz (links) mit Kursteilnehmerinnen beim Herzensgebet

onsübung aus, etwa: „Amen, Du (– mein Gott), Jesus Christus, Christe eleison.“ Nach einiger Zeit finden sie heraus, ob dieses Wort für sie stimmt oder nicht. Sollten sie einigermaßen gut mit dem Wort zurechtkommen, behalten sie dieses Wort. Dann nehmen sie sich vier- bis fünfmal die Woche, meist morgens, ca. 20 Minuten Zeit, setzen sich an einen stillen Ort und sprechen das Wort inwendig. Die Augen können dabei geschlossen sein. Wenn Emotionen und Gedanken und Ähnliches in der Meditation auftauchen, werden sie kurz wahrgenommen und dann wird die Übung gelassen fortgesetzt.

¹ Dazu auch: Maschwitz, Rüdiger (2005): Das Herzensgebet. Ein Meditationsweg. München.



Teilnehmende beim Herzensgebet

Die Teilnehmenden können das Herzensgebet allein üben und/oder eine regelmäßige wöchentliche oder monatliche Gruppe besuchen, die sie unterstützt und trägt. Perspektivisch sollte ein persönlicher Begleiter oder eine Begleiterin gesucht werden. In der Begleitung des Herzensgebetes spricht man davon, dass „von Herz zu Herz“ begleitet wird, dass also hierfür eine Person zu finden ist, der man sich anvertrauen kann. Eine gute Begleitung ist daran zu erkennen, dass sie Freiheit lässt, in schwierigen Situationen aber auch klar und deutlich ist.

Durch diese Gebetspraxis werden u. a. drei innerliche Prozesse ermöglicht, die sich spiralförmig immer neu fortsetzen und nicht unbedingt aufeinander folgen: Im ersten Prozess übt der Mensch sich in die *Wahrnehmung* ein. Dies ist eine Grundübung: Wahrnehmen und nicht urteilen. Die Wahrnehmung beginnt mit dem Einfachen und Schönen. Die Teilnehmenden lernen etwa in der Natur zu staunen, sich zu wundern, sich zu freuen. – Aber es gibt auch eine andere Seite der Wahrnehmung, die nicht immer angenehm ist, weil zur Wahrheit alles gehört, auch das Leid, der Schmerz, die Trauer. Wahrnehmen ist deshalb nicht einfach. Die Teilnehmenden stellen sich dabei auch ihren inneren und äußeren Fragen, unverhüllt und ehrlich. Nur so werden die Grenzen und das Potenzial der eigenen Persönlichkeit sichtbar. Dies führt in der Regel zu einem zweiten Prozess: der *Klärung*. Klärung ist niemals Abwertung des bisherigen Lebens, sondern fragt: Was ist wirklich wichtig? Was hindert die Beziehungen zu mir selbst, zu Gott, den anderen Menschen, zur Schöpfung? Was hingegen fördert diese Beziehungen? Im gewissen Sinne ist dies eine „therapeutische“, eine heilsame Arbeit „an“ sich selbst. Der Blick auf das Wesentliche wird durch diese fortwährende innere Praxis freier, unverstellter. Dabei wird das Leben weniger „bedacht“, sondern Störendes und Heilsames klären sich quasi aneinander und führen zu heilsamen Entscheidungen. Der dritte Prozess schließlich ergibt sich aus stetiger Übungspraxis: Die Teilnehmenden nehmen die Gegenwart Gottes stetiger und deutlicher wahr. Der Mensch entfaltet sich hier wie eine Blüte oder ein Baum in die göttliche Wirklichkeit.

Die Teilnehmenden lernen, sich mit anderen Menschen, mit sich selbst und auch mit Gott zu versöhnen. Dies nenne ich Heilwerden in aller Gebrochenheit, in und mit Ängsten und Verletzungen.

Evangelische Perspektiven für spirituelle Bildung im Erwachsenenalter

Persönliche spirituelle Sinnfindung bietet die Möglichkeit heilsam zu wirken, Ängste (auch angstbesetzte Gottesbilder) abzubauen und Verantwortung zu tragen. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten und Chancen spiritueller Bildung, die sich an unterschiedliche Menschen wendet, aber sie vermittelt immer die *Erfahrungsebene des Glaubens*. Sie erfasst Geist (im doppelten Sinne von geistig und geistlich), Leib und Seele. Dies ist eine große Herausforderung für die Evangelische Erwachsenenbildung. Auf dem Markt der Weiterbildung wird sie künftig „erfahrungsorientierte Spiritualität“ als Weg der persönlichen Sinnfindung neben allen beruflichen Verwirklichungsmöglichkeiten als eigene „Marke“ mehr in den Vordergrund stellen müssen. Derzeit sind entsprechende Angebote noch ein kaum sichtbares Alleinstellungsmerkmal von kirchlicher Erwachsenenbildung oder scheinen gar dem Philosophen Peter Sloterdijk recht zu geben, der eine Lösung von spiritueller Übungspraxis aus den geistlichen Kontexten praktiziert².

Als „freier Träger“, der sich ausschließlich selbst finanziert (!), keinerlei Zuschüsse, lediglich Spenden erhält und damit eigene Räumlichkeiten unterhält und die Seminare bewusst zu niedrigen Preisen anbietet, erreichen wir weniger die traditionellen Gemeindemitglieder, sondern sind für ganz andere, zunächst eher kirchenferne Menschen attraktiv geworden. Doch wir halten uns bewusst an das alte christliche (benediktinische und franziskanische) Missionsverständnis: „Schweige und höre, neige deines Herzens Ohr, suche den Frieden.“ Mit dieser Haltung möchten wir jedem begegnen, der kommt und geht.



² Vgl. Sloterdijk, Peter (2009): *Du mußt dein Leben ändern: Über Anthropotechnik*. Frankfurt am Main.

EEB Theologie und Religion

Mehr als Wellness ...

Sehnsucht nach Körperlichkeit, Entspannung und Gemeintsein

In einer Zeit der Beschleunigung und Verdichtung sowohl von Arbeitsprozessen als auch von modernen Freizeitwängen ist es verständlich, dass Menschen von jung bis alt Angebote der Leibsorge suchen und wahrnehmen.

Vorherrschend ist in diesem Bedürfnis nach Leibsorge vermutlich die Suche nach Entspannung, Loslassen und Abschalten-Können. Doch gerade bei Massagen und Anwendungen wird auch das Bedürfnis nach Berührtwerden, nach Nähe und Zuwendung gestillt. Der oder die Zuwendung Erfahrende hat darin das Gefühl: „Ich bin ganz persönlich gemeint. In dieser Stunde stehe ich mit meinen leiblichen Bedürfnissen im Mittelpunkt.“ Neurophysiologen beschreiben, dass dieser Zustand nötig ist, um das Immunsystem aufrechtzuerhalten, geistig fit und psychisch gesund sowie leistungsfähig zu bleiben.¹

Zumindest kurzfristig wird es bei Wellness-Angeboten möglich, Spannungen loszulassen, wohlthuende Ruhe zu empfinden und „einfach da zu sein“, ohne Anforderungen. Da sich mir jemand liebevoll und fürsorglich zuwendet, darf ich das selbst in diesem Moment auch tun, unabhängig davon, wie sehr ich mich gewöhnlich unter Druck setze.

Berührungspunkte zur (christlichen) Spiritualität

Das oben beschriebene Erleben: „Mir wendet sich jemand fürsorglich und liebevoll zu, ich darf loslassen, ‚einfach da sein‘, ohne gefragt zu werden, woher ich komme, was ich getan oder unterlassen habe, ob ich Erfolg hatte oder gut aussehe“, ist genau genommen nichts anderes als die Rechtfertigungsbotschaft der Reformatoren auf der Ebene des Leibes. In unserer heutigen Zeit ist diese Botschaft sicher auch nötiger als auf der Ebene der religiösen Leistungsbereitschaft. Leider wird das weder im Wellness-Hotel (vielleicht fürchtet man um den langfristigen Gewinn, vielleicht weiß man das schlicht nicht) noch auf der Kanzel thematisiert, obwohl es der Verkündigung der Botschaft des Evangeliums eine Steilvorlage bietet! Nirgendwo sonst kann das Evangelium zurzeit mehr politische Sprengkraft entwickeln als auf der Leibebebene, wo es das „immer weiter, immer besser, immer mehr“ leiblich spürbar infrage stellt und die spürbare Alternative des „Geliebtheits ohne Leistung“ gleich mitliefert.

Nötig ist ein Zurückfinden zur eigenen Leiblichkeit und Bedürftigkeit auch deshalb geworden, weil

in unserer Kultur die traditionelle Körperfeindlichkeit aus der Geschichte des Christentums noch nicht ganz getilgt ist. Sie lebt z. B. indirekt weiter in den modernen Auswüchsen eines verweltlichten protestantischen Arbeitsethos. So sind wir im christlichen Kontext eher ungeübt darin, die Liebe Gottes auf uns selbst in ganzheitlicher Form zu beziehen.

Die Angst, in eigenen und fremden Augen als bedürftig und egoistisch angesehen zu werden, spielt dabei eine Rolle, aber auch die Unfähigkeit, sich etwas schenken zu lassen. Wir klammern Selbstliebe oder Selbstfürsorge aus den Orten des sich ereignenden Evangeliums immer noch zu oft aus. Das Entdecken, sich selbst (im Wellness-Hotel) Gutes tun zu dürfen, selbst wichtig zu sein, kann insofern auch einen nötigen spirituellen Erkenntnis-schritt darstellen.

Fast alle Angebote christlicher Spiritualität nutzen heute gängige Formen der Leibarbeit, z. B. Atemarbeit, Focusing, Alexander-Technik, Tiefenentspannungstechniken, Imaginationsverfahren usw. Denn nicht nur die Neurobiologie, sondern auch eine jahrtausendealte Erfahrung zeigt: Nur in „gelassenem Zustand“ (oder in Extremsituationen von Bedrohung) komme ich zu meinen inneren Fragen, zur eigentlichen Suche und zum Mich-Lassen in Gottes Hand, zum Hören auf Gottes Stimme, kann ich über die Bedürfnisse meines Egos hinausgehen und tiefer schauen. Solange Leib, Seele und Geist von Verspannungen und Alltagsorgen beherrscht sind, ist auch Kontemplation unmöglich.

Zu den gängigen Wellness-Angeboten gehören immer wieder Übungen aus den Religionen: Qigong, Tai-Chi, Aikido sowie Meditation, Mantrensingen, Fasten usw. Sie werden als Wege zur leiblichen und mentalen Ruhe und Stärkung angeboten, werden dann – teils gedankenlos, teils aber auch sehr ehrfürchtig – ins medizinisch-therapeutische und/oder Wohlfühlprogramm eingefügt. Diesen Übungen und Methoden aus den großen Religionen kann es mitunter auch im Wellness-Kontext gelingen, Menschen für spirituelle Fragen aufzuschließen. Das ist ein großer Schatz. Manchmal entsteht aus einer dort begonnenen Neugier ein ernsthafter eigener spiritueller Weg. Natürlich kann dadurch auch Leichtgläubigkeit und Synkretistisches gefördert werden.

Dagmar Spelsberg



Pfarrerin, Meditationslehrerin Via Cordis, Theologische Studienleiterin am Evangelischen Erwachsenenbildungswerk Westfalen und Lippe e.V., Beauftragte für Spiritualität und Geistliches Leben im Kirchenkreis Steinfurt-Coesfeld-Borken
E-Mail: Dagmar.Spelsberg@ebwwest.de

¹ Vgl. Esch, Tobias (2012): Die Neurobiologie des Glücks. Thieme Verlag, Stuttgart.



Dem können liebevoll und nicht ausgrenzend formulierte Hinweise auf Angebote der spirituellen Wegbegleitung, auf Einkehrtage, Exerzitien, Klosterurlaube, geistliche Begleitung und Meditationsgruppen in den (christlichen) Gemeinden entgegenwirken und Brücken in christliche Spiritualität bauen helfen. Warum also nicht stärker Lesungen, Gebetsgebärden oder Einkehrangebote an bekannten Wellness-Zentren anbieten?

Betrachtet man die Hintergründe der individuellen Suche nach Wellness und Entschleunigung, so findet sich darin oft auch verborgene Sinnsuche, Suche nach Erfüllung, nach dem ultimativen Kick, nach Glück. Ich erinnere an Augustinus' bekannte Worte: „Unruhig ist unser Herz, bis es Ruhe findet in Gott.“ Da Muße und Stille (und auch die für das Gehirn und die Persönlichkeitsentwicklung nötige Langeweile) nicht mehr selbstverständlich als eingeübte Alltagsressourcen zur Verfügung stehen, wird eben auch bei der Sinnsuche nach dem gewohnten Prinzip vorgegangen: „Immer mehr, immer besser, immer weiter.“ Je exotischer und teurer das Meditationsangebot, der Guru, die angebotene Erfahrung, umso interessanter scheinen sie zu sein. Hier sind wir aufgefordert, diese Suche – liebevoll und mit Respekt vor den Erfahrungen der Einzelnen – immer wieder zurückzuführen auf die Ebene des alltäglichen Miteinanders, auf der sich letztendlich auch alles spirituelle Erleben bewähren muss.

Das MEHR der (christlichen) Spiritualität

Während Wellness also weitgehend ein kurzfristiges Geschehen ist, geht Spiritualität weiter und wirkt auf lange Sicht nachhaltig.

Sich selbst und Gott, der eigenen Lebensspur und dem eigenen Lebenssinn zu begegnen ist zwar im Ergebnis heilsam.² Es führt zu mehr innerer Ruhe und weniger Ängsten, oft zu einem heilsameren, nachhaltigeren Lebensstil. Der Weg dorthin ist aber eben oft auch mühsam und anstrengend.

Denn zunächst begegnet man in der Stille entweder der inneren Leere oder dem inneren Lärm. Lärm erzeugen die drängenden Stimmen in uns: „Du sollst, du musst doch, du kannst doch nicht, gleich

wird, denk dran ...“ Lärm und Unruhe erzeugen auch die lange überhörten Stimmen von Körper und Seele, mit denen sich innere Kränkung, Trauer, Angst, aber auch alte Wünsche und Ziele und verborgene Lebensfreude melden. Hier standzuhalten, nicht wegzulaufen, sich von Gott nach dessen Bild verwandeln zu lassen („via purgativa“) ist anstrengend und erfordert Mut und meist auch eine gute (geistliche) Begleitung, die bei der „Unterscheidung der Geister“ hilft. Dabei ist es immer wieder nötig zu fragen: Was dient wirklich dem Leben, was dient wirklich der Gemeinschaft, von der ich ein Teil bin?

Christliche Spiritualität ruft dazu auf, das vordergründige Ego zu überwinden. Im Kontext der gesellschaftlichen Selbstoptimierungszwänge kann das überall vorhandene Wellness-Angebot auch narzisstischen Bedürfnissen entgegenkommen und diese verstärken. Dies wirkt dann einer gelassenen Lebenshaltung („Sorget euch nicht!“, Mt 6,19–34) entgegen. Immer mehr zu Gottes einzigartigem Ebenbild zu werden, frei zu werden von lebenszerstörenden inneren und äußeren Zwängen und das eigene Maß weder zu unter- noch zu überschätzen ist das Ziel des christlichen Wegs. Dies bezieht gleichermaßen Körper, Seele und Geist mit ein.

Die Leibkomponente ist wichtig. Das wird in vielen alt- und neutestamentlichen Texten – natürlich zeitentsprechend – deutlich: in den Salbungsgeschichten, beim Stellenwert des Miteinanderessens und -trinkens, im paulinischen Verständnis des Leibes als Tempel des Geistes Gottes. Christliche Spiritualität geht jedoch weit über eine einseitige Überhöhung des Leiblichen hinaus und eröffnet weitere Freiräume. Krankheit kann angenommen werden und manchmal heilen, gerade *weil* man nicht alles unter eigener Kontrolle halten muss und darf, sie nicht nur als Folge eigenen Versagens deuten muss. Hier gibt es einen deutlichen Unterschied zu vielen esoterischen Strömungen, die in den spätestens seit dem Hiob-Buch überwundenen alten Tun-Ergehen-Zusammenhang zurückfallen.

Christliche Spiritualität lädt ein, in der Freiheit der Kinder Gottes zu leben und sich ganzheitlich in den Dienst seiner Liebe zu stellen. Sie deckt auf, wo Unrecht und Unterdrückung herrschen. Ein Ort der Unterdrückung ist zurzeit die trotz aller Wellness der Leibfeindlichkeit und dem Selbstoptimierungswahn verfallene Welt, ihre Leistungsveressenheit und zunehmende Virtualität. Insofern tut es dem Glauben gut, auf den Leib und seine Bedürfnisse zu schauen.

² Vgl. Matthews, Dale (2000): Glaube macht gesund. Herder Verlag, 2. Aufl., Freiburg i. Br.

Wohlbefinden durch spirituelle Kompetenz



Well-Being-Angebote in der Evangelischen Erwachsenenbildung?

Dr. des. Dipl.-Psych. Dipl.-Theol.
Constantin Klein



Center for Interdisciplinary
Research in Religion
and Society (CIRRuS)
Universität Bielefeld
Tel.: 0521 106-3387
E-Mail: constantin.
klein@uni-bielefeld.de

Im Rahmen dieses Beitrags soll überlegt werden, inwieweit sich das aus der Psychologiestammende Konzept des „Well-Being“ (Wohlbefinden) als Gegenstand Evangelischer Erwachsenenbildung eignet bzw. ob sich daran konkrete Bildungsangebote anschließen lassen. Zu diesem Zweck wird das Konzept des Well-Being zu-

nächst vorgestellt, wobei nach einer allgemeinen begrifflichen und konzeptionellen Annäherung besonderes Augenmerk auf das Konzept eines „Spiritual Well-Being“ gerichtet wird (I.). Daran anschließend wird erörtert, inwieweit speziell das Konzept des Spiritual Well-Being im Rahmen theologischer Reflexion fruchtbar gemacht werden kann (II.), um auf dieser Grundlage schließlich die im Titel aufgeworfene Fragestellung beantworten zu können und zu eruieren, ob und in welcher Form auf Well-Being abzielende Angebote im Rahmen der Evangelischen Erwachsenenbildung von Interesse sind (III.).

I. Begriffliche und konzeptionelle Annäherungen

Well-Being/Wohlbefinden¹

Der englische Begriff des Well-Being hat sich insbesondere in der Psychologie als Terminus technicus etabliert, um das individuelle (positive) Erleben der eigenen Befindlichkeit zu bezeichnen. Damit überschneidet sich das Konzept des Well-Being in weiten Teilen mit demjenigen der „subjektiven Lebensqualität“, das in Medizin und Sozialwissenschaften geläufiger ist. Oft werden die Begriffe Lebensqualität und Well-Being/Wohlbefinden aber auch schlicht synonym verwendet.

Well-being steht in einer wechselhaften Beziehung zu Gesundheit: Einerseits lässt sich Well-Being als subjektive Komponente der körperlichen und psychischen Gesundheit begreifen. Andererseits kann das Konzept des Well-Being auch gerade in Abgrenzung zum Gesundheitsbegriff verwendet werden; dann nämlich, wenn beschrieben werden soll, dass jemand trotz objektiver gesundheitlicher Beeinträchtigungen, z. B. im Falle einer schweren Krankheit, subjektiv durchaus eine hohe Lebenszufriedenheit verspüren kann (sog. *Zufriedenheitsparadox*).²

¹ Eine detailliertere Übersicht über das Konzept des Well-Being und verwandte Begriffe bieten Berth, Hendrik/Klein, Constantin/Balck, Friedrich (2011): Begriffsbestimmungen: Gesundheit, Krankheit, Wohlbefinden und Lebensqualität. In: Berth, Hendrik/Klein, Constantin/Balck, Friedrich (Hrsg.): Gesundheit – Religion – Spiritualität. Konzepte, Befunde und Erklärungsansätze. Juventa, Weinheim, S. 47–64.

² Vgl. Herschbach, Peter (2002): Das „Zufriedenheitsparadox“ in der Lebensqualitätsforschung. Wovon hängt unser Wohlbefinden ab? In: Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie. 52, S. 141–150.

³ Vgl. zur folgenden Taxonomie Schumacher, Jörg/Klaiberg, Antje/Brähler, Elmar (2003): Diagnostik von Lebensqualität und Wohlbefinden – eine Einführung. In: Schumacher, Jörg/Klaiberg, Antje/Brähler, Elmar (Hrsg.): Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden. Hogrefe, Göttingen, S. 9–23.

⁴ Vgl. National Interfaith Coalition on Aging (NICA) (1975): Spiritual well-being: A definition. GA: NICA, Athens.

⁵ Vgl. Paloutzian, Raymond F./Ellison, Christopher W. (1991): Manual for the Spiritual Well-Being Scale. Life Advance Inc., Nyack, NY.

⁶ Vgl. die Definition von Palliative Care auf der entsprechenden Webseite der Weltgesundheitsorganisation unter www.who.int/cancer/palliative/definition/en/ sowie die Zielsetzungen der International Psycho-Oncological Society (IPOS) unter www.ipos-society.org/about-ipos/constitution-governance-history-vision-mission/.

⁷ Vgl. unter www.klinikum.uni-muenchen.de/Klinik-und-Poliklinik-fuer-Palliativmedizin/de/professur-fuer-spiritual-care/

⁸ Paradigmatisch dafür ist Adolph von Harnacks Diktum vom Christentum als „Religion der Heilung“; vgl. von Harnack, Adolf (1892): Medizinisches aus der Ältesten Kirchengeschichte. J. C. Hinrichs'sche Buchhandlung, Leipzig.

⁹ Zum Beispiel in Ps 73,4; im Hiobbuch oder in Jes 53,4f.

Innerhalb der Psychologie werden verschiedene Facetten von Well-Being unterschieden.³ Zunächst lässt sich grob zwischen den *affektiv-emotionalen* und den *kognitiv-evaluativen* Anteilen des Wohlbefindens unterscheiden. Die affektiv-emotionalen Anteile beziehen sich auf die gefühlsmäßige Verfassung und lassen sich unterteilen in eine *situationsspezifische* Komponente, die die aktuelle Gefühlsverfassung ausdrückt, und eine *habituelle* Komponente, die die individuelle Disposition, generell eher glücklich oder eher unglücklich gestimmt zu sein, widerspiegelt. Die kognitiv-evaluativen Anteile von Well-Being hingegen beziehen sich auf die subjektiv empfundene Zufriedenheit mit dem eigenen Leben. Hier kann weiter zwischen der *allgemeinen* Lebenszufriedenheit und *bereichsspezifischen* Formen der Zufriedenheit (mit der eigenen Partnerschaft, Familie, Arbeit, Freizeit, Gesundheit usw.) unterschieden werden.

Spiritual Well-Being

Im Kontext kirchlicher Erwachsenenbildung verdient das Konzept des Spiritual Well-Being besondere Beachtung. Spiritual Well-Being wurde in den USA bereits 1971 von der White House Conference of Aging als wesentlicher Bestandteil des Wohlbefindens von Menschen höheren Lebensalters formuliert. Im Anschluss daran entstand eine konfessionsübergreifende Diskussion darum, was spirituelles Wohlbefinden denn ausmache. Die National Interfaith Conference on Aging (NICA) definierte spirituelles Wohlbefinden 1972 als eine „ganzheitliche Bejahung des eigenen Lebens, sowohl in der Beziehung zu Gott als auch zum eigenen Selbst, zur Gemeinschaft und zur Umwelt“.⁴ Diese Definition bildete vor allem die Arbeitsgrundlage in der seelsorgerlichen und pflegerischen Praxis, während sich in empirischen Untersuchungen zum spirituellen Wohlbefinden innerhalb von Psychologie und Medizin seit den 1980er-Jahren mit der *Spiritual Well-Being Scale* von Raymond Paloutzian und Christopher Ellison vor allem ein Konzept verbreitete, in dem der Akzent auf der Zufriedenheit mit der Beziehung zu Gott („Religious Well-Being“) und mit der Qualität und Richtung des eigenen Lebens („Existential Well-Being“) liegt.⁵

Trotz der weiten Verbreitung dieser Skala in der Forschung wurde die darin implizit angedeutete Gleichung „religiös + existenziell = spirituell“ jedoch auch kritisiert, sodass in den vergangenen 15 Jahren zahlreiche neue Konzepte von Spiritual Well-Being

vorgelegt wurden, die vor allem dem Bemühen geschuldet sind, der breiter gewordenen Bedeutung von Spiritualität Rechnung zu tragen. Einflussreich für die gewachsene Beachtung, die Spiritualität und dem spirituellen Wohlbefinden innerhalb von Psychologie, Medizin und Pflegewissenschaft geschenkt wird, waren insbesondere die beiden Fachbereiche der *Palliative Care*, also der interdisziplinären stationären und ambulanten Betreuung Sterbender, und der *Psychoonkologie*, der interdisziplinären Betreuung Krebskranker. In beiden Fachgebieten wird die Sorge um das spirituelle Wohlbefinden der zu versorgenden Patienten als essenziell angesehen.⁶ In Deutschland ist diese Betonung der Bedeutung des spirituellen Wohlbefindens erst mit einiger Verzögerung zur Kenntnis genommen worden. Ihren deutlichsten Niederschlag hat die Rezeption hierzulande in der Einrichtung einer Stiftungsprofessur für *Spiritual Care* an der Klinik und Poliklinik für Palliativmedizin der Universität München gefunden.⁷

II. Spiritual Well-Being als Gegenstand evangelisch-theologischer Reflexion?

Zur theologischen Deutung von Heil und Heilung

Das Konzept des Well-Being, speziell des Spiritual Well-Being, ist für die theologische Reflexion insofern von Interesse, als dass dadurch das Spannungsfeld von Heil und Heilung berührt wird. Es gehört von seinen Anfängen an zum Selbstverständnis des Christentums, einen Zusammenhang zwischen dem verkündeten Heil, der anbrechenden Gottesherrschaft und ganz konkreten Erfahrungen von Heilung an Leib und Seele zu sehen.⁸ Davon legen bereits die Heilungsgeschichten im Alten und im Neuen Testament ein deutliches Zeugnis ab. Teilweise wird im Alten Testament Krankheit noch im Sinne des „Tun-Ergehen-Zusammenhangs“ als Strafe Gottes für Sünden des Kranken dargestellt. Allerdings wird bereits innerhalb des Alten Testaments dieser Zusammenhang in Frage gestellt⁹ und durch Jesus im Neuen Testament dann eindeutig zurückgewiesen¹⁰. Krankheit ist hier nicht mehr als Strafe für persön-



Hiob wird von Satan geschlagen

liche Sünden, sondern als Ausdruck der generellen Sündenverfallenheit der Welt, aus der zu erlösen Jesus sich gesandt wusste, gedacht, und seine Heilungen waren zeichenhafte Vorausschau auf das anbrechende Gottesreich.

Im Verlauf der Kirchengeschichte führte das Heilungsbewusstsein des Christentums zur Ausbildung einer intensiven Krankenfürsorge, im frühen und hohen Mittelalter beispielsweise zur Entstehung der Klostermedizin und zur Gründung von Spitälern sowie später im Verlaufe des 19. Jahrhunderts zur Einrichtung des Caritas- bzw. Diakoniewesens. Im Gefolge der Ausdifferenzierung der wissenschaftlichen Disziplinen in der Neuzeit fielen allerdings die medizinische und psychologische Perspektive auf Gesundheit einerseits und die theologische Perspektive auf Glaube und Religiosität andererseits zusehends auseinander. Indes hat sich in den letzten beiden Jahrzehnten, ausgehend von den USA, in Medizin und Psychologie eine neue Forschungsrichtung entwickelt, die versucht, Zusammenhänge von Religiosität und körperlicher sowie psychischer Gesundheit empirisch zu untersuchen.¹¹ Das oben beschriebene Konzept des Spiritual Well-Being lässt sich in den Kontext dieser Forschungsrichtung einordnen.

In der Theologie wird diese Forschung allerdings ambivalent beurteilt: Es gibt durchaus Interesse an Untersuchungsergebnissen, die gegenüber der älteren Religionskritik nahelegen, dass Religiosität und Spiritualität tatsächlich zu seelischer und teils auch körperlicher Gesundheit beitragen. Jedoch wird auch vor der Gefahr gewarnt, durch Überbetonung gesundheitlicher Effekte von Religiosität unterschwellig erneut dem Tun-Ergehen-Zusammenhang das Wort zu reden – nach dem Motto: Wer stark genug glaubt, der wird und bleibt auch gesund!¹² Eine solche Interpretation des Verhältnisses von Religiosität und Gesundheit missachtet das reale, unverschuldete Leid vieler Kranker undbürdet ihnen zusätzlich die Last auf, an ihrer Situation doch „irgendwie“ mit schuld zu sein. Theologisch ist eine solche Deutung ohnehin nicht haltbar, fällt sie doch hinter die Botschaft Jesu zurück und verkennet, dass seine Fürsorge gerade den gesundheitlich Schwächsten und darum gesellschaftlich Ausgestoßenen galt. Die Berichte der Heilungswunder Jesu geben davon ein beredtes Zeugnis, denn in diesen Geschichten heilte Jesus durchweg Kranke, die nach dem Muster des alttestamentlichen Tun-Ergehen-Zusammenhangs

als Sünder und aufgrund ihrer Verhaltensauffälligkeiten oder körperlichen Gebrechen als kultisch unrein galten.

Heilung der zehn Aussätzigen



Die Heilungen Jesu zielen darauf ab, die religiöse Diffamierung dieser Kranken aufzuheben und sie in ihrer Beziehung zu Gott wieder in der Gesellschaft zu restituieren.¹³ Die Heilungen sind also nicht so sehr medizinischer oder psychologischer, sondern religiöser Natur; über die Gesundheit der Kranken hinaus weisen sie, wie andere Zeichenhandlungen auch, auf das anbrechende Reich Gottes hin.

Die neutestamentlichen Heilungserzählungen vermitteln ein Bild davon, was „Heil-Sein“ im christlich-religiösen Sinne ausmacht, nämlich *in einer unbeeinträchtigten Beziehung zu Gott und in der Folge auch zu seinen Mitmenschen zu stehen*. Ein solches Heil-Sein in der Beziehung zu Gott und Mitmenschen ermöglicht ein Leben, das weder von Krankheit noch Tod zerstört werden kann, denn wie wir sahen, kann von körperlicher oder psychischer Krankheit nicht auf das Heil-Sein geschlossen werden – auch bei objektiv gegebener Krankheit kann ein Mensch vor Gott vollkommen heil sein.¹⁴

Zur theologischen Anschlussfähigkeit des Konzepts Spiritual Well-Being

Was folgt aus diesen Ausführungen zur theologischen Reflexion von Heil und Heilung für eine theologische Rezeption des Well-Being-Konzepts? Ins Auge fallen sicherlich die Parallelen zwischen dem biblisch-theologischen Verständnis von Heil-Sein und dem auf der spirituellen Dimension des Wohlbefindens abhebenden Konzept des Spiritual Well-Being. Bei beiden liegt der Akzent auf dem relationalen Aspekt gegenüber Gott, den Mitmenschen und auch sich selbst. Auch wenn in der Diskussion um Spiritual Well-Being die genaue Art und Anzahl der Beziehungen variiert, so ist beiden Konzepten nichtsdestotrotz das *Moment der Relationalität* wesentlich – und zwar explizit unter Einschluss der Transzendenz.

¹⁰ Vgl. Mk 2,1ff.; Lk 13,1ff.; Joh 9,1ff.

¹¹ Den breitesten Überblick über die Ergebnisse dieser Forschung bieten die beiden Ausgaben des „Handbook of Religion and Health“: Koenig, Harold G./McCullough, Michael E./Larson, David B. (2001): Handbook of Religion and Health. Oxford University Press, New York, sowie Koenig, Harold G./King, Dana/Carson, Verna B. (2012): Handbook of Religion and Health. Second Edition. Oxford University Press, New York. Eine deutschsprachige Übersicht bieten Berth, Hendrik/Klein, Constantin/Balck, Friedrich (Hrsg.) (2011): Gesundheit – Religion – Spiritualität. Konzepte, Befunde und Erklärungsansätze. Juventa, Weinheim.

¹² Vgl. Karle, Isolde (2009): Die Sehnsucht nach Heil und Heilung in der kirchlichen Praxis: Probleme und Perspektiven. In: Thomas, Günther/Isolde Karle, Isolde (Hrsg.): Krankheitsdeutung in der postsakularen Gesellschaft. Theologische Ansätze im interdisziplinären Gespräch. Kohlhammer, Stuttgart, S. 543–556.

¹³ Vgl. Lk 17,11–19. Zu diesem gesamten Abschnitt vgl. Honecker, Martin (2006): Gesundheit, Heilung, Heil. In: Lee-Linke, Sung-Hee (Hrsg.): Heil und Heilung. Erfahrung im Glauben und Leben. Lembeck, Frankfurt a. M., S. 33–54, sowie Eibach, Ulrich (2011): Gesundheit und Krankheit, Heilung und Heil im Christentum. In: Berth, Hendrik/Klein, Constantin/Balck, Friedrich (Hrsg.): Gesundheit – Religion – Spiritualität. Konzepte, Befunde und Erklärungsansätze. Juventa, Weinheim, S. 125–136.

Die Parallelität zwischen Spiritual Well-Being und Heil-Sein sollte allerdings nicht dazu verleiten, beides unvermittelt in eins zu setzen.

Während um das Heil-Sein eines Menschen, theologisch gesprochen, letztlich nur Gott selbst weiß, handelt es sich beim Spiritual Well-Being um die subjektive Wahrnehmung des Menschen, seine Beziehungen zu dem, was er als Gott erachtet, zu seiner Mitwelt und zu sich selbst als intakt und wohl-tuend zu empfinden. Mit anderen Worten: Spiritual Well-Being lässt sich begreifen als die persönliche Empfindung des Heil-Seins. Die *Spannung zwischen göttlicher und subjektiver Perspektive* lässt sich nicht aufheben. Vielmehr bedeutet christliche Existenz gerade auszuhalten, dass man um das eigene Heil nicht wissen kann, aber im Vertrauen auf dessen Verheißung und in der Hoffnung darauf leben darf. Christliche Existenz zielt damit zugleich auf die Pflege des eigenen spirituellen Wohlbefindens ab. Denn diese Art der Selbstsorge ist gleichbedeutend mit dem Bemühen um die Pflege der Beziehungen zu Gott, Mitmenschen und sich selbst – also einer Lebenspraxis nach dem Dreifachgebot der Liebe.

III. Well-Being-Angebote in der Evangelischen Erwachsenenbildung?

Nach der bisherigen Fokussierung auf das Konzept des Spiritual Well-Being überrascht es sicher nicht, dass hier dafür votiert wird, Well-Being-Angebote innerhalb der Evangelischen Erwachsenenbildung insbesondere auf die spirituelle Dimension des Wohlbefindens hin auszurichten. Primär körperbezogene, aus anderen religiösen Traditionen entlehnte Angebote, etwa zu Yoga, Tai-Chi oder Zen-Meditation, sind dem körperlichen und darüber auch dem psychischen Wohlbefinden zuträglich, als spirituelle Übungen funktionieren sie aber vor allem, wenn sie aus den Motiven der Traditionen, aus denen sie stammen, heraus praktiziert werden. Im Kontext kirchlicher Bildungsangebote gehören sie deswegen eher zur interreligiösen Bildungspraxis und haben für eine Evangelische Erwachsenenbildung dort ihren Wert. Solche Angebote, die neben dem geistlichen Wohl auch der – christlich mitunter vernachlässigten – „Leibssorge“ dienen, sind unbedingt zu begrüßen. Zweifellos aber können Evangelische Erwachsenenbildungseinrichtungen viel Wesentliches zum Bemühen um spirituelles Wohlbefinden in der oben beschriebenen christli-

chen Lesart beitragen, zur Pflege der Beziehungen zu Gott, Mitmenschen und sich selbst.

Das kann a) zunächst einmal im Rahmen von Angeboten geschehen, in denen es primär um die Vermittlung theologischen und religionskundlichen Wissens geht, etwa in Form von *Bildungsangeboten zur Beziehung zwischen Gesundheit und Heilung einerseits und religiös vermitteltem Heil aus der Sicht des Christentums und anderer religiöser Traditionen andererseits*. Hier würde es um eine Bewusstwerdung dessen gehen, was im christlichen, ökumenischen und interreligiösen Sinne spirituelles Wohlbefinden ausmacht.

Unmittelbar erfahrbar wird dies dann b) durch Angebote zu spirituellen Praktiken, wie beispielsweise Meditationswochenenden oder andere geistliche Übungen im Rahmen von Gruppen-, Gemeinde- oder Familientagungen. Diese Angebote zielen neben dem kognitiven vor allem auf *das experientielle Moment* ab. Entscheidend ist dabei allerdings, die Kurse und Übungen nicht als „geistlichen Leistungssport“ misszuverstehen. Es ist hier hilfreich, sich der Herkunft des Spiritual-Well-Being-Konzepts bewusst zu sein. Christlich verantwortliche Well-Being-Angebote sollten also durch das Bemühen gekennzeichnet sein, *einen Raum zu schaffen, in dem Erfahrungen des Heil-Seins oder Heil-Werdens prinzipiell möglich werden können* – in der Hoffnung, dass dies hin und wieder gelingt.

Dazu abschließend noch eine persönliche Bemerkung: Ich selbst bin, was das Gelingen und die Verbreitung solcher Bildungsangebote angeht, durchaus optimistisch. Meine eigene Erfahrung im Rahmen von Einkehrtagen in kirchlichen Bildungshäusern ist, dass viele Angebote, vor allem mehrtägige, die neben der Wissensvermittlung einen geistlichen Rahmen durch Andachten, Meditationen oder Gottesdienste sowie Gelegenheiten zum intensiven Austausch bieten, immer wieder meinem spirituellen Wohlbefinden im Sinne meiner subjektiv empfundenen Beziehungspflege zu Gott, Mitmenschen und mir selbst zuträglich gewesen sind. Insofern ist mein Eindruck, dass die Fürsorge für das spirituelle Wohlbefinden – wenn auch nicht unter dieser Bezeichnung – eigentlich immer schon eine grundlegende Dimension kirchlicher Bildungsangebote gewesen ist und dass vielleicht gerade darin deren Mehrwert im Unterschied zu säkularen Angeboten liegt.

¹⁴ Das schließt nicht aus, dass Krankheiten Belastungen verursachen können, die dem Bewusstsein eines solchen Heil-Seins massiv entgegenstehen und es dem Betroffenen unmöglich machen, was dann – etwa im Rahmen der Krankenseelsorge – schlicht zuzugestehen ist. Gegebenenfalls können dann Klage und Protest adäquate Ausdrucksmittel der Kommunikation in und über die Gottesbeziehung sein.

Weder Wunscherfüllung noch Widerfahrnis – Ein evangelischer Blick auf Gesundheit und Wohlbefinden

Christlicher Glaube stellt sich von seinem Grundverständnis her quer zu allen aktuellen Trends und Zeitströmungen. So heißt es schon im Römerbrief (12,2): „Stellt euch nicht dieser Welt gleich, sondern ändert euch durch die Erneuerung eures Sinnes, damit ihr prüfen könnt, was Gottes Wille ist, nämlich das Gute und Wohlgefällige und Vollkommene.“ Gutes, Gefälliges, Vollkommenes – wer will das nicht haben! In Zeiten brüchiger Beziehungen und zerrissener Lebenszusammenhänge ist die Sehnsucht nach Ganzheit, Harmonie und dem richtigen, guten Leben groß. Eine entsprechende Fülle von Angeboten mit Glücksverheißungen und garantiertem Wohlbefinden macht die Wahl einer geeigneten Methode schwierig. Die Medien und die Konsumindustrie haben diese Bedürfnisse längst für sich vereinnahmt und werben gnadenlos mit Wohlfühlprodukten aller Art, um ihren Absatz immer mehr zu steigern. In unserer säkularen Gesellschaft zählen heute Gesundheit und Erfolg zu den wichtigsten Werten und sie werden mitunter mit religiös anmutender Inbrunst verfolgt. Dass ein bestimmtes Duschgel, Getränk, Video, Kleidungsstück oder Sofa aber zunächst nur das eigene Bankkonto erleichtert und bestenfalls der richtige Umgang damit mehr Lebensfreude vermittelt, müssen manche Menschen erst schmerzlich erfahren.

I. Garantiert gesund und garantiert profitabel

Das Gesundheitssystem ist heute zu einem Grundbestandteil der westlichen Industrie-Nationen geworden. Gesundheitsprodukte und noch mehr -dienstleistungen gehören zu den wenigen Hoffnungsträgern für eine erlahmte Konjunktur. Gründe für diese Konjunktur und die damit verbundenen Heilsversprechen sind vor allem in der weiter fortschreitenden Individualisierung zu suchen. Wenn die Einzelnen kein soziales Netz mehr besitzen, das ihnen Rückhalt und Rückmeldung gibt, bleibt ihr Körper als Gegenüber übrig und wird leicht zum Objekt der Anbetung. Neue Unsterblichkeitsfantasien und die Vergötzung der Jugendlichkeit sind dafür ein Ausdruck. So hat der größte Arzneimittelhersteller Europas kürzlich in einem Expertengespräch mit Fachleuten aus Medizin, Wirt-

schaftswissenschaften, Biotechnologie, Soziologie und Trendforschung festgestellt, dass Jugendlichkeit, Schönheit und Wohlbefinden als Konsumgüter angepriesen werden. Gesamtgesellschaftlich hat sich mittlerweile ein Anspruchsdenken durchgesetzt, das Gesundheit sogar als ein Grundrecht betrachtet. Die Hoffnungen auf scheinbar unbegrenzte Möglichkeiten des medizinisch und therapeutisch Machbaren nähren die alten Menschheitsfantasien von Unverwundbarkeit und Unsterblichkeit.

Gesundheit und Wohlbefinden sind
die Götzen des 21. Jahrhunderts.

Zukunftsforscher prognostizieren einen weiter wachsenden Bedarf an privater Gesundheitsvorsorge. Die Fitness-Center und Wellness-Hotels haben diesen Trend längst erkannt und weisen beachtliche Umsatzsteigerungen vor. Schon heute werden etwa zehn Prozent des Bruttosozialprodukts im Gesundheitssystem umgesetzt – Tendenz steigend. Ein Beispiel dafür sind die sogenannten Schönheitsoperationen, wobei größere Eingriffe geringfügig abgenommen und minimalinvasive Eingriffe stark zugenommen haben (s. folgende Abb.).

Prof. Dr. Michael Utsch



Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen (EZW)
Auguststraße 80
10117 Berlin

Schönheitsoperationen in den USA

TOP 5 kosmetisch-operative Eingriffe	Veränderung 2000-2012	TOP 5 kosmetisch-minimal-invasive Eingriffe	Veränderung 2000-2012
Brustvergrößerung	+ 35 %	Botox	+ 680 %
Nasenkorrektur	- 38 %	Faltenunterspritzung	+ 205 %
Augenlidstraffung	- 38 %	Chemisches Peeling	- 1 %
Fettabsaugen	- 43 %	Haarentfernung mit Laser	+ 52 %
Gesichtsstraffung	- 6 %	Mikrodermabrasion*	+ 12 %
...	...	...	...
Insgesamt	- 16 %	Insgesamt	+ 137 %

Quelle: American Society of Plastic Surgeons (ASPS)

* „Abschleifen der Haut“

Die Verbesserung und der Erhalt der Gesundheit ist ein Wachstumsmarkt, der andere Branchen in sich aufnimmt und neue entstehen lässt. Deshalb betrachten viele die Gesundheit mittlerweile als einen „Megatrend“. Längst geht es nicht mehr nur um Medizin, sondern eben auch um Schönheit, Anti-Aging, Wellness-Produkte, Stimmungsaufheller und Lifestyle-Medikamente. Wenn hohe körperliche und geistige Leistungsfähigkeit immer nachdrücklicher erwartet wird, dann lassen sich Leiden, Schmerzen und chronische Einschränkungen immer schwerer akzeptieren. Gänzliche Machbarkeit ist selbst zur Norm geworden, und eine „wunscherfüllende Medizin“ kennt immer weniger ethische Grenzen und Skrupel. Psychopharmakologischer Fortschritt nährt mittlerweile sogar die Hoffnung, dass es in naher Zukunft möglich sein könnte, durch Medikamente erwünschte Seelenzustände nach Belieben herzustellen – Glück auf Rezept. Hierfür ist die umstrittene, in Deutschland aber weitverbreitete Mode-Arznei Ritalin ein gutes Beispiel. In den USA soll gut



ein Viertel aller Studierenden die akademischen Leistungen durch sogenanntes „Gehirndoping“ steigern. Analog zu dieser Nachfrage nach Produkten der Bio- und Medizintechnik verbreitet sich in westlich geprägten Gesellschaften die Vorstellung, dass der Mensch sich mithilfe geeigneter Psychotechniken auch umfassend ändern, also von lästigen Schwächen und Fehlern medikamentös befreien könne.

Aber gibt es wirklich einen „psychologischen Bypass“ für die dunklen und schmerzhaften Seiten der Seele? Und selbst wenn die Psychologie bald seelisches Leiden verhindern oder gar ausmerzen könnte – wohin würde das führen? Die Schwierigkeiten fangen schon damit an, dass Wohlbefinden schwer exakt zu beschreiben ist, weil es sich auch weitgehend der Aufmerksamkeit entzieht. Erst Störungen werden bewusst registriert. Ab wann aber ist jemand krank? Zwanghafte Gesundheitsfetischisten verschieben die Kategorie „gesund“ mittlerweile ins Reich der Wunschträume, weil irgendein medizinischer Laborwert immer aus der Reihe tanzt und deshalb die Gesundheit nur das Ergebnis einer ungenauen Diagnostik sein könne. Neuere Forschungsergebnisse der Psychoneuroimmunologie

weisen zudem auf die Zusammenhänge zwischen der inneren Haltung und dem Gesundheitszustand hin. Hier mehrten sich Hinweise darauf, dass vor allem Glaubenshaltungen einen direkten Einfluss auf genetische An- und Abschaltmechanismen und damit auf die Entstehungen von Krankheiten nehmen. Gesundheit beinhaltet in diesem Sinne auch weniger die Abwendung von Krankheit als vielmehr das Herausfinden gesundheitsförderlicher Einstellungen und die Suche nach dem persönlichen Lebensglück. Auf diese Weise wird die Gesundheit dann häufig religiös überhöht und als Synonym für das gute, das ideale Leben gebraucht: Ein perfekt gestylter und tadellos funktionierender Körper soll dazu dienen, die religiösen Bedürfnisse des Ichs zu stillen beziehungsweise umgekehrt formuliert: Ein erfüllendes Leben muss ein gesundes Leben sein. Dies ist aber eine irreführende und falsche Maxime.

II. Gesundheitswahn macht krank

Wohlbefinden ist in jedem Fall mehr als eine perfekte Funktionalität. Das Streben nach andauernden Gesundheits- und Glückszuständen führt regelmäßig in Sackgassen, denn entgegen allen Versprechungen der Medizin und Wellness-Szene gibt es keine Methode, die Wohlbefinden garantiert. Im Gegenteil: Glück und Zufriedenheit sind Nebenprodukte einer gelungenen Alltagsgestaltung und lassen sich niemals auf direktem Wege erreichen („Jetzt sei doch mal glücklich!“).

Wohlbefinden stellt sich dort ein, wo versucht wird, aus den jeweiligen Möglichkeiten und Bedingungen – selbst mit körperlichen Einschränkungen oder chronischen Krankheiten – das jeweils Beste zu machen.

Anhaltendes Wohlbefinden hingegen ist weder durch gelungene Therapien noch durch anschlagende Medikationen zu erreichen, sondern bleibt nach wie vor eine Utopie. Die Kontrolle und Steuerung des Zufalls, eine Verwirklichung sämtlicher Wunschträume oder eine grenzenlose Durchsetzungskraft und Berühmtheit werden auch in Zukunft weder medizinisch noch psychologisch zu realisieren sein. Es gehören Mut und Selbstbewusstsein dazu, den gesellschaftlichen Trends nicht zu folgen, dem Perfektionierungsdrang zu widerstehen und die Unverwechselbarkeit der eigenen Geschichte zu leben.

Eine religiöse Lebensführung kann hier helfen, unumstößliche Grenzen zu akzeptieren und Phasen des Leidens und Scheiterns nicht beschämend, sondern zu einem gesunden Menschsein zugehörig wahrzunehmen. Heilung ist nach biblischer Aussage immer vorläufig, Gesundheit ein Geschenk auf Zeit. Krisen sind in diesem Sinne wichtig, um als Persönlichkeit zu reifen, und sie bewahren vor Übermut. Evangelischer Glaube kann helfen, die eigene Biografie mit allen Ecken und Kanten anzunehmen, individuelle Unvollkommenheiten und Mängel zu respektieren und die Sterblichkeit als Teil des Lebens zu begreifen. Hieraus erwächst Dankbarkeit, die zu einer religiösen Quelle des Wohlbefindens und der Zufriedenheit werden kann. Krankheiten rufen dann auch die menschliche Unachtsamkeit ins Gedächtnis, sich in guten Tagen nicht der Gesundheit erfreut und Gott dafür gedankt zu haben. Die biblische Tradition und Überlieferung gibt wichtige Anregungen, wie Menschen mehr in ihrer Ganzheit in Blick zu nehmen sind, wobei körperliche und seelische Gesundheit *nur* einen Heilsbereich darstellen. Der langsame, aber unaufhaltsame physische und psychische Abbau erinnert an die Vergänglichkeit des Menschen. Im Mittelpunkt von evangelischen Heilsversprechen steht deswegen die persönliche Gottesbeziehung, *das seelische Heil*. Dieses besteht unabhängig vom tadellosen Funktionieren eines jeweiligen Körpers und Geistes!



III. Kirche als „Heil-Land“?

Lange bevor die Medizin spirituelle Dimensionen des Krankseins wieder für sich entdeckte, etwa durch Ausbildungen in „Spiritual Care“, wurden von den christlichen Kirchen die heilenden Wirkungen von Gottesdiensten, Sakramenten und geschwisterli-

cher Gemeinschaft praktiziert. Glaube und Heilung, Spiritualität und Psychotherapie waren bis in das 17. Jahrhundert untrennbar miteinander verknüpft. Schon im Altertum waren die Heiler Angehörige der Priesterklasse. Im Mittelalter wurde der Arztberuf von der Geistlichkeit ausgeübt. Mönche gründeten die ersten Hospitäler, und Diakonissen prägten über Jahrhunderte das Leitbild für Diakonie und Pflege. Während heute Psychologen die therapeutischen Wirkungen religiöser Rituale genauer untersuchen und überlegen, wie diese verantwortlich in Behandlungen umgesetzt werden können, wurden früher religiöse Übungen und Rituale wie Opfer, Anbetung oder Beichte gezielt zu physischen und psychischen Heilzwecken eingesetzt. In jüngerer Vergangenheit, vor gut 100 Jahren, gründeten sich in Großbritannien etwa kirchliche Heilungsbewegungen, die den Heilungsauftrag Jesu sehr ernst nehmen. In der anglikanischen Tradition existiert seit jeher ein intensiver Dialog zwischen Medizinern und Theologen. Im anglo-katholischen Bereich entstanden Geschwisterschaften des Heilungsdienstes, seit 1915 etwa die „Guild of St Raphael“. In den USA wurde 1932 der „Order of Saint Luke“ gegründet. Er verfolgt das Ziel, Gesundheitsfachkräfte und Krankenhausseelsorger zu einer ordensähnlichen Gebets- und Arbeitsgemeinschaft zusammenzuschließen. Es ging ihm um die Wiederbelebung des urchristlichen Heilungsauftrags der Kirche, den er durch Fürbitte für die

Kranken und die biblische Handauflegung in enger Zusammenarbeit mit Psychiatern, Ärzten und Psychologen pflegte. Heute ist die Vereinigung in den USA mit über 7.500 Mitgliedern aktiv.

Nachdem der Schatz religiöser Heilkunde lange Zeit vergessen schien, wird er gegenwärtig wiederentdeckt. Der anhaltende gesellschaftliche Trend zur Gesundheitsoptimierung

und Wellness hat die christlichen Kirchen international angeregt, verstärkte eigene Initiativen auf den Weg zu bringen. Die anglikanische Kirche von England beauftragte um die Jahrhundertwende eine Kommission von Experten aus Theologie, Kirche, Gemeinden und Medizin, eine Dokumentation zum Heilungs-

auftrag und -dienst der Kirchen zu erstellen. Neben theologischen Grundlagen der Heilung werden dort zahlreiche Möglichkeiten und Praktiken kirchlicher Heilungsdienste in Gottesdiensten, Ritualen und Gebeten dargestellt. Diese umfassende ökumenische Studie wurde auch in Deutschland aufmerksam rezipiert und ihre Impulse aufgegriffen.¹ Kirchengemeinden sind mutiger geworden, Segnungsangebote im Gottesdienst anzubieten, die zumeist intensiv genutzt werden. Die verstaubte Praxis der Beichte wurde in manchen Gemeinden wiederbelebt und führte dazu, dass Menschen die psychohygienischen Wirkungen dieser alten Seelsorgeform neu entdeckt haben.

Psychologen wiederum erkunden mit staatlichen Forschungsgeldern die befreiende Wirkung des Verzeihens, die stabilisierenden Funktionen der Dankbarkeit, die Widerstandskraft von Hoffnung und Vertrauen.² Auf der Suche nach tragenden Werten und weltanschaulicher Orientierung hat das kulturelle Erbe der Weltreligionen das Interesse der Gesundheitsforscher geweckt. In neueren, ganzheitlichen Behandlungsansätzen werden Vertrauen, Liebe und Dankbarkeit als wesentliche Bestandteile einer gesundheitsförderlichen Arzt-Patient-Beziehung benannt und beschrieben.

Mit Recht wird immer häufiger angemahnt, bei einer ganzheitlichen Heilbehandlung des Menschen neben den biopsychosozialen Bedingungen seine spirituellen Bedürfnisse nicht zu übergehen.

Religionsvergleichende Untersuchungen haben ergeben, dass die großen Weltreligionen folgende sechs Kerntugenden beinhalten: Weisheit/Wissen, Mut, Liebe/Humanität, Gerechtigkeit, Mäßigung, Spiritualität/Transzendenz.³ Weil das therapeutische Potenzial dieser Haltungen offensichtlich ist, fragen auch Psychotherapeuten vermehrt nach Wegen, diese Einstellungen zu vermitteln und therapeutisch zu nutzen. Der Forschungsansatz der Positiven Psychologie bietet hier anregende Querverbindungen zur Seelsorge, indem die Zusammenhänge zwischen Lebenszufriedenheit und Spiritualität untersucht werden. Sowohl die Positive Psychologie als auch die Seelsorge bemühen sich um Persönlichkeitswachstum und Sinnfindung. Außerdem betonen beide Richtungen Charakterstärken, Tugenden und Werte, die den religiösen Traditionen entstammen. Allerdings setzt das eine starke persönliche Identifizierung mit den religi-

ösen Tugenden voraus. Neue Studien belegen, dass religiöses Vertrauen gesundheitsförderlich wirkt. Aber nur eine verinnerlichte, überzeugungsgeleitete Religion, die auf einer vertrauensvollen Gottesbeziehung beruht, wirkt sich positiv auf das seelische Wohlbefinden aus. Demgegenüber kann eine rein anerzogene und unreflektierte Religion sowie eine schwach ausgeprägte Gottesbeziehung das Wohlbefinden sogar beeinträchtigen. An dieser wichtigen Schnittstelle zwischen Medizin und Theologie arbeiten mittlerweile immer mehr Experten beider Disziplinen zusammen. Doch hier eine Art Wunderdroge zu vermuten hieße, den Glauben zu missbrauchen. Angesichts der zahlreichen Indizien für die heilsamen Funktionen des Glaubens wurde in einer medizinischen Fachzeitschrift sogar ernsthaft darüber diskutiert, ob Ärzte religiöse Tätigkeiten verordnen sollen. Schlussendlich überwog hier die Skepsis: Der wichtigste Einwand war der Hinweis auf eine drohende Trivialisierung der Religion. Die mehrheitliche Meinung war: Religion dürfe nicht instrumentalisiert und getestet oder verordnet werden wie ein Antibiotikum.

IV. Spirituelle Kompetenz erwerben!

Es spricht also vieles dafür, dass Weltanschauungen und Lebensdeutungen ein Heilungspotenzial enthalten. Aber die religiöse „Kraft der Wirklichkeitsdeutung“ kann auch leicht missbraucht werden – die Medizingeschichte ist voll von Beispielen, wo in krankheitsbedingten Notlagen Quacksalber und Kurpfuscher als skrupellose Geschäftemacher zur Stelle waren und Hilfsbedürftigkeit und Gutgläubigkeit schamlos ausnutzten. Heute nun lässt sich mit vollmundigen Heilsversprechen so viel Geld verdienen wie nie zuvor.

Ein christlich geprägtes Gesundheitsverständnis kann das Machbarkeitsdenken der modernen Medizin korrigieren, denn die Bibel hat stets den ganzen Menschen im Blick. Allerdings werden heute auch in Glaubensfragen immer vehementer Nützlichkeitsabwägungen angestellt: Was habe ich vom Glauben? Wie kann er mir nützlich sein, wie kann ich ihn möglichst effektiv einsetzen? Zwar darf die Frage nach dem Nutzen von spiritueller Kompetenz bzw. religiöser Bildung nicht abgewertet werden, aber sie muss systematisch hinterfragt werden. Der christliche Glaube darf keinesfalls als Therapeutikum missverstanden werden.

¹ Church of England (Hrsg.) (2000): A Time to Heal. A Report for the House of Bishops on the Healing Ministry. London.

² Utsch, Michael/Bonelli, Raphael/Pfeifer, Samuel (2014): Psychotherapie und Spiritualität. Berlin.

³ Utsch, Michael (2013): Suche nach Spiritualität auf dem Gesundheits- und Lebenshilfemarkt. Eine Herausforderung für die religiöse Bildung. In: Rösener, Antje (Hrsg.): Was bringt uns das? Vom Nutzen religiöser Bildung für Individuum, Kirche und Gesellschaft. Münster, S. 107–114.

Religiöse Einstellungen und Verhaltensweisen, die instrumentalisiert werden, verfehlen gerade dadurch ihre therapeutische Wirkung bzw. wirken ein liturgischer Gottesdienst oder eine Segnung gerade dann heilsam, wenn sie nicht therapeutisch funktionalisiert sind.

Evangelischer Glaube lässt sich nicht funktionalisieren oder instrumentalisieren. Er hat mit Ehrfurcht, Demut und Achtsamkeit zu tun. Er ist kein Produkt unseres Willens oder Könnens, sondern ein unverdientes Geschenk. In der Theologie reden wir dann von Segen oder Gnade. Gott will sich dem Menschen mitteilen. Dies geschieht gerade auch in Zeiten der Krankheit und Not – anders scheinen wir vielleicht wegen unserer lärmenden Geschäftigkeit nicht erreichbar zu sein. Gläubigen Menschen geht es primär nicht um ihre Gesundheit, sondern um eine lebendige Gottes-Beziehung. Die kann sich gerade in Krankheitszeiten festigen und intensivieren.

An der Schnittstelle von wissenschaftlich begründeten Heilverfahren und weltanschaulichen Heilversprechen kommt es auf die jeweils zugrunde liegenden Selbst- und Weltbilder an. Insbesondere bei alternativen Heilverfahren ist es ratsam, die Hintergründe genauer zu beleuchten und zu prüfen, ob sie mit dem eigenen Selbst- und Weltbild wirklich übereinstimmen. Denn wenn Heilung von der Übernahme eines bestimmten Selbst- und Weltbildes abhängig gemacht wird, sollte es der eigenen Anschauung entsprechen.

Aus evangelischer Sicht ist die einzelne Person in hohem Maße selbst für die eigene Identitätsgestaltung verantwortlich. Der christlichen Grundregel „Liebe Gott, liebe deinen Nächsten, liebe dich selbst“ kann man auch gut ohne enge Gruppenbindung folgen. Dass der Einzelne die Gemeinschaft zur Unterstützung, zum Trost und zur Korrektur benötigt, belegt die Kirchengeschichte seit der Urgemeinde in Jerusalem. Dennoch ermöglichte der Reichtum der individuellen Ausdrucksformen eine Vielzahl von Frömmigkeitsstilen. Durch welche Entscheidungen dem eigenen Leben eine bestimmte Richtung und Prägung gegeben wird, wird der eigenen „Gewissensentscheidung“ und einer subjektiv erlebten Stimmigkeit überlassen. Mit dem Auftrag „Macht euch die Erde untertan!“ hat der Schöpfer seinen Geschöpfen einen großen Spielraum



an Entfaltungsmöglichkeiten gewährt. In Psalm 8 staunt der Dichter darüber, dass die Menschen sogar als wenig geringer als Engel angesehen werden. Sie wurden von Gott mit einem Höchstmaß an Freiheit ausgestattet, um die jeweils eigene Umwelt und ihre Beziehungen untereinander nach eigenen Präferenzen zu gestalten.

Der Wille Gottes muss nicht für jede kleinste Alltagsentscheidung erfragt werden. Kraft der menschlichen Vernunft und eingedenk der menschlichen Verantwortung für die Bewahrung der Schöpfung dürfen die Menschen göttliche Weisungen auslegen und sinnvollerweise nichts tun, was ihn selbst oder andere schädigt. Gerade in der heutigen Zeit audiovisueller Überflutung bedarf es der Übung, um die verborgene Gegenwart Gottes wahrnehmen zu können, und geschulter Sinne, um aus der Vielfalt der Optionen den richtigen Weg zu wählen. Die Kommunikation über spirituelle Inhalte bei gegenseitiger Unterstützung in einem geschützten Erfahrungs- und Lernraum fördert den Aufbau einer „spirituellen Gesprächskultur“⁴.

Zusammenfassend können *drei zentrale Aufgaben* genannt werden, die zur Wiederbelebung einer christlichen Lebenshaltung und Gewinnung spiritueller Kompetenz beitragen:

- die erfahrungsbezogene Einübung und persönliche Aneignung der Grundwahrheiten des Evangeliums
- die theologische Reflexion des Erlebten im Sinne einer „aufgeklärten Mystik“, die auch ihre sprachliche Vermittlung an Andersglaubende ermöglicht
- die Unterscheidung des Christlichen in einer spirituell-religiös bunten Umgebung

⁴ Ruhland, Renate (2011): Spirituelle Bildungsarbeit – Reflexionen zur Lehr- und Lernbarkeit von Spiritualität. In: Büssing, Arndt/Kohls, Niko (Hrsg.): Spiritualität interdisziplinär. Berlin, S. 197–213.

Spiritualität in der diakonischen Arbeit – Eine Herausforderung für die berufliche Erwachsenenbildung

Dr. Astrid Giebel



Theologische Referentin
in der Diakonie Deutsch-
land – Evangelischer
Bundesverband
Tel.: 030 652111771
E-Mail: astrid.giebel@
diakonie.de

Stellen Sie sich vor, es würden Kurse in Existenzieller Kommunikation, Spiritualität und Selbstsorge für die Berufsgruppen der Gesundheits- und Krankenpflegenden sowie der Altenpflegenden in Krankenhäusern, geriatrischen Einrichtungen und Diensten flächendeckend angeboten. Was könnte sich dadurch in unserem Gesundheitswesen verändern? Welchen Herausforderungen sähe sich die berufliche Erwachsenenbildung gegenüber? Momentan – so die wiederholt gehörte Klage – haben es Bildungsanbieter schwer, breite Kreise an Teilnehmenden für religiöse oder theologische Kurse zu gewinnen. Mitarbeitende in diakonischen Einrichtungen wiederum können sich kaum im Team vertreten, da dies gegenwärtig erschwert wird durch Zeitknappheit, niedrige Personalschlüssel, häufige Stellenwechsel und damit verbundene Einarbeitungen neuer Mitarbeitender, durch Schichtarbeit, hohen Krankenstand und Fachkräftemangel. Die wechselseitige Vertretung ist aber eine strukturelle Voraussetzung dafür, dass hin und wieder an einer Fort- und Weiterbildung teilgenommen werden kann. Zudem sind die Leitungen von diakonischen Einrichtungen angesichts der strukturellen Engpässe, der nur mühsam zu besetzenden Dienstpläne und des knapp bemessenen Finanzbudgets kaum bereit, ihre Mitarbeitenden zeitlich freizustellen oder ihnen Fort- und Weiterbildungen gar anteilig zu finanzieren. Andererseits ringen die diakonischen Einrichtungen darum, ihren Markenkern hervorzuheben, ihr Profil zu konturieren oder ihr Alleinstellungsmerkmal zu definieren: Was nun ist das Diakonische an unserer Einrichtung? Woran lässt sich „der diakonische Geist“ einer Einrichtung ablesen? Wie kann es gelingen, dass theoretische Aussagen eines diakonischen Leitbildes sich auch in der beruflichen Praxis – auf allen Dienstebenen – umsetzen lassen und nicht länger ein Graben zwischen Anspruch und Wirklichkeit klafft?

Die berufliche Erwachsenenbildung, insbesondere in evangelischer Verantwortung, kann in dieser Situation Mitarbeitende im Gesundheitswesen darin bestärken, zu ihrem eigenen Wohl und dem der Patient(inn)en und Bewohner(innen), Fortbildungen in Existenzieller Kommunikation, Spiritua-

lität und Selbstsorge zu besuchen und entsprechende Angebote – in Kooperation mit diakonischen Bildungsträgern – in ihre Fortbildungskalender aufzunehmen. Sie kann den interdisziplinären Diskurs und die wechselseitige Achtung der jeweiligen professionellen Perspektiven der Berufsgruppen im Gesundheitswesen fördern, sodass in ein umfassendes Verständnis der bio-psycho-sozial-spirituellen Dimensionen von Gesundheit und Krankheit diskutiert und entwickelt werden kann. Gemeinsam mit der Krankenhaus- und Altenheimseelsorge, geistlichen Begleiterinnen und Begleitern aus der evangelischen Klostertradition und mit Kommunikationstrainerinnen und -trainern kann die berufliche Erwachsenenbildung Mitarbeitende im Gesundheits- und Sozialwesen darin unterstützen, sprachfähig zu werden bei existenziellen Fragestellungen von akut oder chronisch erkrankten Menschen, in ihren Erfahrungen von Leid, Sinnkrisen, Verlusten oder Lebensbrüchen. Bereits entwickelte und erprobte Curricula (wie das bundesweit durch die Bundesakademie für Kirche und Diakonie und die Diakonie Deutschland zertifizierte Curriculum DiakonieCare) können hierfür genutzt und eingesetzt werden.

I. Impulse aus der Hospiz- und Palliative-Care-Bewegung zur Weiterentwicklung von spiritueller Kompetenz im Pflege- und Gesundheitswesen

Rund 30 Jahre ist es her, dass sich ausgehend von den Impulsen von Elisabeth Kübler-Ross und Ciceily Saunders eine inzwischen weltweite Hospiz- und Palliative-Care-Bewegung entwickelt hat. Es Menschen zu ermöglichen, in Würde und möglichst ohne Schmerzen sterben zu können, auch im Sterbeprozess eine hohe Lebensqualität zu ermöglichen, auch die betroffenen An- und Zugehörigen professionell zu unterstützen – dies waren und sind zentrale Anliegen. Damit aus den ersten Impulsen ein flächendeckendes Hospiz- und Palliative-Care-Netzwerk mit ambulanter und stationärer Versorgung wachsen konnte, wurden in den 1990er-Jahren Curricula entwickelt, die der Umsetzung jener Kernanliegen und der Sicherung von Fachlichkeit dienen. Maßgeblich waren hier Hospiz- und Palliative-Care-Basiskurse im Umfang von ca. 160 Stunden, worauf dann Aufbaukurse folgten. Inhalte, die seitdem interprofessionell vermittelt werden, sind u. a.: Tumorschmerztherapie, Symptomkontrolle und Aspekte psychosozialen, spirituellen, kulturellen, ethischen

und organisatorischen Begleitens Sterbender und ihrer An- und Zugehörigen. Diese Kursinhalte wurden in den folgenden Jahren als Qualitätsanforderung für Krankenpflegekräfte und für weitere Berufsgruppen, die in Hospiz und Palliative Care tätig sind, im SGB V verankert.



So ist in Hospiz und Palliative Care viel Segensreiches erreicht worden. Heute nun bietet diese weitreichende Bewegung auch mit Blick auf akut oder chronisch kranke Patient(inn)en oder auf Bewohner(innen) von Pflegeeinrichtungen viele Anknüpfungspunkte. Und auch diejenigen, die sich in unterschiedlichen Professionen im Gesundheitswesen für das Wohl, die Heilung, Genesung oder Linderung von erkrankten und pflegebedürftigen Menschen einsetzen, wünschen sich entsprechende Veränderungen für ihr berufliches Handeln.

Der frühere Ratsvorsitzende der EKD, Altbischof Wolfgang Huber, erklärte vor Kurzem: „Zum gelebten Ethos in der Pflege gehört es, wertschätzend mit sich selbst und den eigenen Nächsten umzugehen, um so verantwortlich für andere da sein zu können. Pflege ist ein Beziehungsgeschehen. Ohne Respekt und Vertrauen, ohne Zeit und Verlässlichkeit, ohne Offenheit und persönlichen Einsatz kann sie nicht

gelingen. Gefragt sind auch die Fähigkeiten, die die Hospizbewegung wieder stark gemacht haben: Achtsamkeit, Einübung in die eigene Sterblichkeit, Demut gegenüber dem Leben – und die Erwartung, vielleicht gerade an den Lebensschwellen eine Wirklichkeit zu entdecken, die wir sonst verdrängen. Eine Pflegebeziehung führt uns über Schwellen, die wir ansonsten lange nicht überschritten hätten. Über die Schwelle zu einem Menschen, dessen Lebensgeschichte uns staunen lässt. Zu einer Patientin, deren Familie und Freundeskreis alle Kräfte angespannt hat, um die letzten Wochen gemeinsam zu bewältigen. Krankheitserfahrungen sind Wege, um die Lebenskunst zu lernen. Und es ist ganz sicher ein Privileg, so viele persönliche Einblicke zu bekommen wie Pflegenden. Darum haben sie diesen Beruf gewählt – und darum verzweifeln sie sicher auch manchmal an diesem Beruf. Vor allem dann, wenn die Zeit zum Stehenbleiben und Zuhören, zum Trauern und Nachdenken fehlt. Wenn die Arbeitsabläufe Beziehungen stören, statt sie aufzubauen, dann werden Pflegekräfte um den wichtigsten Gewinn ihres Berufs gebracht. Denn ebenso wichtig wie ein angemessener Lohn ist dieser innere Gewinn, das Wachsen am Beruf, die Liebe zum Leben – trotz allem.“¹

Setzte die Hospiz- und Palliative-Care-Bewegung ein Zeichen dafür, dass ein Kulturwandel im Sterbe- und Trauerverständnis notwendig ist, so ist ein ähnliches Zeichen heute für die gesundheitliche und soziale Versorgung insgesamt erforderlich. Nicht von ungefähr definiert die WHO seit 2002 Palliative Care zum ersten Mal in der neueren Medizingeschichte derart, dass dabei Fragen der Spiritualität auf eine Ebene gestellt sind mit der physischen und psychosozialen Thematik im Rahmen der Krankenversorgung.² Fortgeschrieben wurde die Einbeziehung von Spiritualität in Medizin und Pflege in der Charta der Rechte von hilfe- und pflegebedürftigen Personen.³ Für die Berufsfelder im Gesundheits- und Sozialwesen bedeutet dies zunächst einmal, dass die kulturellen oder religiösen Gewohnheiten und Bedürfnisse von Menschen mit Hilfe- und Pflegebedarf professionell einzubeziehen sind. Deswegen ist es erforderlich, dass die Mitarbeitenden entsprechende Kompetenzen erwerben können und darin befähigt werden, in ihrem beruflichen Handeln die jeweiligen Umgangsformen, Werte, Rituale und religiösen Vollzüge (wie Waschungen, Gebete, Fasten usw.) der Betroffenen zu berücksichtigen.

¹ Huber, Wolfgang (2013): Gelebte Ethik in den Häusern der Diakonie – insbesondere im Blick auf die Pflegekultur. In: Stockmeier, Johannes/Giebel, Astrid/Lubatsch, Heike (2013): Geistesgegenwärtig pflegen. Existenzziel-Kommunikation und spirituelle Ressourcen im Pflegeberuf. Bd. 2: Studien und Projektergebnisse. Neukirchen, S. 25.

² So heißt es in der WHO-Definition: „Palliative Care ist ein Ansatz, der die Lebensqualität von Patienten und ihren Familien verbessert, die sich mit Problemen konfrontiert sehen, wie sie mit lebensbedrohlichen Erkrankungen verbunden sind. Dies geschieht durch die Verhütung und Erleichterung von Leidenszuständen, indem Schmerzen und andere Probleme (seien sie körperlicher, psychosozialer oder spiritueller Art) frühzeitig entdeckt und exakt eingeordnet werden.“ Vgl. www.who.int/cancer/palliative/definition/en.

³ In Artikel 7 zu „Religion, Kultur und Weltanschauung“ heißt es dort: „Jeder hilfe- und pflegebedürftige Mensch hat das Recht, seiner Kultur- und Weltanschauung entsprechend zu leben und seine Religion auszuüben.“ Vgl. www.pflege-charta.de/.

⁴ Zweimal hat Jürgen Habermas die markante Selbstbeschreibung „religiös unmusikalisch“ in der Öffentlichkeit eingesetzt: zuerst in seiner Dankrede zur Verleihung des Friedenspreises des Deutschen Buchhandels im Jahr 2001, dann nochmals in der Diskussion zwischen ihm und dem damaligen Kardinal Joseph Ratzinger in der Katholischen Akademie in München im Jahr 2004. Dass er dabei, ohne es besonders zu erwähnen, eine semantische Anleihe bei Max Weber machte, war ihm ebenso bewusst wie seinem gebildeten Publikum.

⁵ Die Vorträge des Symposions wurden in folgendem Aufsatzband veröffentlicht: Kottnik, Klaus-Dieter/Giebel, Astrid (2010): Spiritualität in der Pflege. Neukirchen.

⁶ Gefördert wurde die Entwicklung, Umsetzung, Evaluation und wissenschaftliche Begleitung des Weiterbildungskonzepts DiakonieCare durch den Europäischen Sozialfonds (ESF) und das Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS); zudem unterstützte die Friede Springer Stiftung einen flankierenden Organisationsentwicklungsprozess. Zahlreiche Artikel zu diesem Projekt wurden veröffentlicht in: Stockmeier, Johannes/Giebel, Astrid/Lubatsch, Heike (2012 & 2013): Geistesgegenwärtig pflegen. Existenziale Kommunikation, Spiritualität und Selbstsorge in der Pflege. Bd. 1+2. Neukirchen. Das ausführliche Curriculum und eine Arbeits-

Praxisbeispiel:

Ein existenzielles Kurzgespräch vor einer OP

Eine 52-jährige Patientin wird während einer Examensprüfung einer Krankenpflegeschülerin zum Operationssaal gebracht. Sie soll zum fünften Mal operiert werden, weil sich die Operationsnaht erneut infiziert und geöffnet hat. Laut Krankengeschichte hat sie seit Monaten mit diesem Problem zu tun. Sie wirkt gefasst. Auf die Frage hin, was ihr denn für ihren Krankheitsweg Kraft gebe, strahlt die Patientin wie von innen heraus und antwortet mit großer Gewissheit: „Das ist mein Glaube.“ Die Examensschülerin und ihre Lehrerin schauen sich an. Sie sind in diesem Augenblick von der Ausdruckskraft und der Zuversicht berührt. – Solche Kurzgespräche zu existenziellen Fragen erleben Pflegende in ihrem Berufsalltag immer wieder. Es sind Momente, die sich besonders einprägen können. Sie erinnern Pflegende in ihren Arbeitsfeldern, Krankenhäusern, Altenheimen, ambulanten Pflegediensten daran, warum sie den Beruf eigentlich ergriffen haben: nämlich Menschen umfassend an Leib und Seele pflegen zu wollen.

benötigen Pflegende Kenntnis von und Übung in christlicher Tradition. Erst dann können sie wahrnehmen, in welchen Bildern und Worten die von ihnen Begleiteten zu Hause sind und wie sie sich darin unterstützen lassen. Werden Bewohner(innen) oder Patient(inn)en z. B. von Pflegenden begleitet, die „religiös unmusikalisch“ sind, so fühlen sie sich in für sie lebenswichtigen Situationen untröstlich allein gelassen. Pflegebedürftige mit nicht christlichen weltanschaulichen Überzeugungen bedürfen nicht minder einer kultursensiblen Pflege.

Die Mitarbeiterschaft in der Diakonie ist in ihrer religiösen Prägung ebenso heterogen wie die Patient(inn)en. Religiöse Angebote für Mitarbeitende können daher sowohl unterstützend und gesundheitsfördernd als auch belastend sein, und Letzteres insbesondere dann, wenn die Form und die Botschaft der religiösen Angebote widersprüchlich wahrgenommen wird zur „Alltagskultur“ im eigenen diakonischen Arbeitsfeld. In der Arbeit mit Menschen, die Unterstützung und Hilfe brauchen, suchen und finden die Mitarbeitenden viele Momente, die sie sinnvoll, erfüllend und stärkend erleben. Dafür benötigen sie aber einen unterstützenden Rahmen.

II. Das Curriculum DiakonieCare: Existenzielle Kommunikation von Pflegenden mit Patient(inn)en und Bewohner(inne)n und sich selbst

Zum Arbeitsalltag von Pflegenden gehört immer wieder die unvermittelte Auseinandersetzung mit existenziellen Fragestellungen von Patient(inn)en und Bewohner(inne)n. Dies können eine positive Krankheitsdiagnose, Krisen, unerträgliche Lebenslagen, aufbrechende Leid- oder Sinnfragen sein. Um in diesen Situationen adäquat reagieren zu können,

Die zentrale (Top-down-)Frage, die es auf Trägerseite zu beantworten gilt, lautet: Wie können die Einrichtungsleitungen dazu beitragen, dass Mitarbeitende in helfenden Berufen religiöse Kompetenz gewinnen, für sich spirituelle Zugänge erschließen, ihrem beruflichen Handeln geistlichen Sinn geben und ihren persönlichen Glauben auch im Beruf realisieren können?



Basierend auf diesen Fragen und Erkenntnissen wurde 2009 im Rahmen des Diakonie-Kongresses „zukunft:pflegen“ ein Symposium zu „Spiritualität in der Pflege“ mit rund 300 Teilnehmenden durchgeführt.⁵ Im Nachgang des Symposions entschlossen sich die Mitwirkenden zu einem Praxis-Pilotprojekt, in dem es ein weiterführendes Curriculum zu entwickeln galt. Die Diakonie Deutschland – Evangelischer Bundesverband konzipierte dann in den Jahren 2010 bis 2012 in Kooperation mit der Bundesakademie für Kirche und Diakonie (BAKD), dem Deutschen Evangelischen Krankenhausverband (DEKV), dem Sozialwissenschaftlichen Institut der

EKD und der Fachhochschule der Diakonie (FHdD) ein 120-Stunden-Curriculum zu „Existenzieller Kommunikation, Spiritualität und Selbstsorge“ zunächst nur für Pflegekräfte.⁶ In der mittlerweile erprobten DiakonieCare-Weiterbildung werden Kranken- und Gesundheitspflegende sowie Mitarbeitende in der Altenpflege befähigt, ihre eigene körperliche und seelische Gesundheit zu fördern, Patient(inn)en und Bewohner(innen) existenziell zu begleiten, deren weltanschauliche Überzeugungen zu berücksichtigen und sie religions- und kultursensibel zu pflegen. Verschiedene diakonische Bildungsanbieter haben DiakonieCare-Kurse in ihre Bildungsprogramme aufgenommen. Pflegefachkräften, die bereits auf eine Reihe von Berufsjahren zurückblicken, aber auch noch viele Berufsjahre vor sich haben, ermöglicht eine DiakonieCare-Weiterbildung, sich noch einmal neu im Beruf zu orientieren, sich ihrer Berufsmotivation, Einstellungen und Haltungen zu vergewissern, ihr pflegfachliches Handeln unter einem spezifischen Fokus zu reflektieren, für sich persönlich Ressourcen zur Selbstsorge, Resilienzstärkung, Burn-out-Prophylaxe und zum Coping im Sinne betrieblichen Gesundheitsmanagements zu erschließen sowie neue Kompetenzen in der existenziellen und spirituellen Begleitung von Patient(inn)en und Bewohner(inne)n zu gewinnen.

Praxisbeispiel: Spiritualität in normierten Zeittakten

Meistens hastet die 53-jährige Pflegeserviceleiterin durch die Gänge des evangelischen Krankenhauses in P. Freitags geht sie schon mal langsamer. Dann liegt eine anstrengende Arbeitswoche hinter ihr. Sie ist zuständig für die gesamte Essensorganisation im Haus. Manchmal nimmt sie täglich die Essenswünsche von 80 Patientinnen und Patienten auf. Drei Minuten pro Patient ist die Vorgabe. „Manchmal weinen sie, sind verzweifelt nach einer OP oder einer schlimmen Diagnose. Weil ich gläubig bin, biete ich oft an, für sie zu beten“, erzählt die gelernte Hauswirtschaftlerin. „Das geschieht aber intuitiv – ist das auch richtig? Ich wünschte mir mehr Handwerkszeug im Umgang mit Patienten und im Umgang mit Konfliktsituationen auf den Stationen.“ Sie bekommt ihren Wunsch erfüllt und kann an einer anderthalbjährigen Weiterbildung DiakonieCare teilnehmen.

Die Trainerteams setzt(t)en sich je aus einer Krankenhaus- oder Altenheimseelsorgerin, einem geistlichen Begleiter und einem Trainer oder einer Trainerin für Kommunikation und Gesprächsführung zusammen. Auswahlkriterium bei der Trainer(innen)-Suche ist entweder ein eigener beruflicher Hintergrund in der Pflege oder Feldkompetenz im Handlungsfeld Pflege. Die Trainerteams empfinden ihre interprofessionelle Zusammensetzung als gute Ergänzung und können durch ganz unterschiedliche Zugänge gemeinsam mit den Pflegenden existenzielle Situationen beleuchten, die die spirituelle Dimension von Krankheit und Gesundheit einbezieht.

Im Vordergrund der Weiterbildung steht keine straffe Vermittlung der Inhalte, sondern ein situatives und prozessorientiertes Lernen der Teilnehmenden. Wird für einzelne Themen ein umfangreicherer Zeitraum benötigt als zunächst vorgesehen, können Trainer(innen) mit den Pflegenden gemeinsam entscheiden, einzelne Fragen zu vertiefen und andere kürzer zu behandeln oder auszulassen. Für die Zertifizierung durch die Diakonie Deutschland – Evangelischer Bundesverband bzw. die Bundesakademie für Kirche und Diakonie ist eine Vermittlung von mindestens 75 % der Curriculuminhalte erforderlich.⁷ Ein wichtiger Fortbildungsinhalt der DiakonieCare-Kurse wurde erst im Verlauf des Praxis-Pilotprojektes an einem der elf Projektstandorte identifiziert und dann konzeptionell einbezogen: die antidepressive Kraft von spiritueller Kompetenz.

Im Berufsalltag der Pflegekräfte ist zuallererst ihr professionelles Können gefragt, ihr fachliches Setting als Hilfe- und Auffangstruktur. Schon lange jedoch zeigen Untersuchungen⁸, dass professionell Pflegende, die nur gelernt haben, mit ihrer instrumentellen Vernunft zu arbeiten, ihren Seelenraum mit einer Trauer füllen, die ihnen nicht unbedingt bewusst ist.

Pflegende – auch und gerade aus dem Bereich der Intensivstationen – haben dies als ihren „spirituellen Schmerz“ identifiziert. Sind Pflegende nur darauf trainiert, ihre wissenschaftlich fundierte Technik und organisatorische Rationalität einzusetzen, bleiben entscheidende Dimensionen des Erlebens offen und unausgeglichen. Und bei verdrängtem spiri-

hilfe zur Organisationsentwicklung sind erschienen in: Giebel, Astrid/Lubatsch, Heike/Meussling-Sentpali, Annette (2013): DiakonieCare. Curriculum und Arbeitshilfe zur Organisationsentwicklung für Pflegeberufe, Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen. Neukirchen.

⁷ Weitere Informationen sind auf der Internetseite www.diakonie-care.com zu finden.

⁸ Vgl. Schaerer, R. (1993): Suffering of the doctor linked with the death of patients. *Palliative Medicine* 7 (suppl. 1), S. 27–37.

⁹ Vgl. Weiher, Erhard (2008): Das Geheimnis des Lebens berühren. Spiritualität bei Krankheit, Sterben, Tod. Eine Grammatik für Helfende. Stuttgart, S. 190.

tuellem Schmerz verstärken sich Ansätze von Frust-, Schuld- und Versagensgefühlen. Die Pflegenden bleiben dann nicht als Persönlichkeiten lebendig, sondern laufen Gefahr, wichtige Anteile zu deprimieren, wegzudrücken.⁹ Aber dem Leiden von Menschen können Pflegende alltäglich nur dann einen adäquaten Platz in ihrer Fachrolle wie in ihrem persönlichen Leben geben, wenn sie gelernt haben, sich auf eine verbindende, eine existenziell-begleitende, spirituelle Dimension ihrer Berufsrolle zu beziehen. In diesem Sinne ermöglicht spirituelle Kompetenz nicht nur bewusste Kommunikation und Empathie, also Beziehung und Vertrauen zwischen Helfenden und Hilfebedürftigen, sondern sie hilft auch den Helfenden selbst „zu Halten und zu Tragen“, sie hilft Patient(inn)en und Bewohner(inne)n ebenso wie den Pflegekräften.

Die Pflegenden, die an den bisherigen Schulungen teilnahmen, signalisierten in den Evaluationsbogen, dass ihnen die Schulung viele Impulse für ihren Berufsalltag, aber auch für die Gestaltung ihrer eigenen Spiritualität gebracht hat. Sie konnten für sich neue Kraftquellen erschließen und Haltepunkte für belastende Situationen finden. Ein Phänomen dabei ist, dass viele der Teilnehmenden (vor allem an den Standorten in den neuen Bundesländern) gar keinen kirchlichen Hintergrund hatten.

III. Der Transfer in weitere Handlungsfelder hat begonnen

Aktuell erfolgt ein Transfer der Fortbildungsinhalte in einem weiteren Praxis-Pilotprojekt des Bundesverbandes evangelische Behindertenhilfe an vier Projektstandorten in die Bereiche der Behindertenhilfe und Psychiatrie. Hier ist eine Buchveröffentlichung 2014 in Neukirchen unter dem Titel „Geistesgegenwärtig begleiten – Existenzielle Kommunikation und Spiritualität in der Behindertenhilfe und in der Psychiatrie“ in Vorbereitung. Anschlussprojekte in weitere diakonische und kirchliche Handlungsfelder – so z. B. für ehrenamtliche Besuchsdienste, die evangelische Beratungsarbeit und Suchtkrankenhilfe – sind in Planung.

Wünschenswert wäre es, wenn die berufliche Erwachsenenbildung mit ihren evangelischen Instituten und Verbänden sich mit als Promotor und Netzbildner dieser Weiterentwicklungen in den Themen- und Handlungsfeldern der Diakonie und Kirche verstehen würde, die zu einer flächendeckenden Umsetzung und Sicherung der Nachhaltigkeit der Fortbildungsinhalte und -konzeptionen beitragen.

Perspektiven einer systemischen Gesundheitsbildung im Spannungsfeld von Selbstsorge, Management und Spiritualität

I. Arbeiten am Limit

Das moderne Individuum ist vielfältigen Belastungen ausgesetzt: Neben einer Prekarisierung von Lebensverhältnissen stellen Entgrenzungen der Arbeit, wachsende Beschleunigung und Komplexität bei erodierenden sozialen Beziehungen Anforderungen an die Einzelnen dar, die sie zunehmend überfordern.



Nach Untersuchungen der Techniker Krankenkasse fühlt sich ein Drittel aller Menschen häufig oder sogar ständig gestresst, wobei berufliche Belastungen, finanzielle Sorgen, Fahrten zur Arbeit bzw. Konflikte mit den Lebenspartner(inne)n als Hauptursachen gelten. Die Betroffenen reagieren häufig mit Muskelverspannungen und Rückenschmerzen, zunehmend gefolgt von Erschöpfungszuständen, dem Gefühl, ausgebrannt zu sein, Angstzuständen und Nervosität sowie Schlafstörungen. Besonders gestresst fühlen sich Frauen und die „digital natives“, die sich stets online erreichbar halten und auch nach der Arbeit nicht gut abschalten können.¹ Diese Entwicklung stellt eine zentrale Herausforderung unserer Zeit dar: 53,5 Millionen Krankentage und 27 Milliarden Euro Behandlungskosten aufgrund seelischer Störungen (2010) – der Anteil dieser Fälle an Arbeitsunfähigkeitstagen insgesamt kletterte innerhalb der letzten zehn Jahre von 6,6 auf 13,1 Prozent. Doppelt so viele Menschen wie vor zehn Jahren waren deshalb in stationärer Behandlung. Auch hier sind wieder Frauen besonders betroffen: Heute gehen wegen psychischer Erkrankungen doppelt so viele Frauen in eine Erwerbsminderungsrente wie vor zehn Jahren. Der enorme Leidensdruck für die Betroffenen und hohe Kosten für Wirtschaft und Gesellschaft erfordern vielfältige individuelle und betriebliche Bewältigungsansätze.

Arbeitgeber sind gefordert, weil die Arbeitsbedingungen und das betriebliche Umfeld maßgebliche

Einflussgrößen darstellen, und vor allem, weil kräftezehrende Veränderungsprozesse inzwischen zur Normalität geworden sind. Es handelt sich in den seltensten Fällen um Anpassungsmaßnahmen, nach deren Bewältigung eine Phase der Stabilisierung, Konsolidierung und Erholung eintritt, sondern meist um Vorstufen für eine nächste Change: 63 Prozent befragter Unternehmen setzen generell auf die laufende Fortsetzung von Restrukturierungsmaßnahmen.² Wir können also davon ausgehen, dass psychischen Beanspruchungen im Kontext organisationaler Veränderungsmaßnahmen und entsprechende Erkrankungen mit Langzeitfolgen zunehmen.

Diese Thematik erweckt breite mediale Aufmerksamkeit und beunruhigt in wachsendem Maße Politik und Wirtschaft. Andererseits besteht die Gefahr, dass der Fokus auf krank machende Arbeitsbedingungen von den die Gesundheit stabilisierenden Funktionen der Arbeit ablenkt. Immerhin sagen 71 Prozent der Berufstätigen, dass sie gern zur Arbeit gehen.³ Stress spornt sogar an, und Arbeitslose leiden unter den oben genannten Symptomen besonders. Die Arbeit generell als Verursacher psychischer Erkrankungen anzusehen, wäre also zu einseitig. Die Frage ist aber, welchen Beitrag eine Gesundheitsbildung im Kontext betrieblicher Gesundheitsmaßnahmen leisten kann.

II. Gesundheitsverständnisse

Einem nicht technokratischen, ganzheitlichen Bildungsverständnis entspricht ein ebensolches Gesundheitsverständnis:

Gesundheit als Ausdruck dafür, dass ein Mensch in der Lage ist, die unvermeidlichen Belastungen, Anstrengungen und Ärgernisse des alltäglichen Lebens mit den ihm zur Verfügung stehenden Ressourcen zu meistern und auch das, was das alltägliche Leben an Freude und Befriedigung anbietet, als Quellen für Gesundheit wahrzunehmen und zu nutzen.⁴

Friederike Höher



Beraterin und Coach (DBVC), MBSR-Lehrerin, Studienleiterin Akademie für Führung und Verantwortung im Institut für Kirche und Gesellschaft in Westfalen
E-Mail: friederike.hoeher@kircheundgesellschaft.de

¹ Techniker Krankenkasse (2013): TK-Studie zur Stresslage der Nation: Bleib locker, Deutschland.

² Vgl. Köper, B./Richter, G. (2012): Restrukturierung in Organisationen und mögliche Auswirkung auf die Mitarbeiter. Online unter www.baua.de (Suchbegriff: Artikel 27)

³ Techniker Krankenkasse (2013): TK-Studie zur Stresslage der Nation: Bleib locker, Deutschland. S. 16.

⁴ vgl. Kolb, M. (2011): Hauptsache Gesundheitsbildung? – Ein Essay zum Bildungspotenzial von Prävention und Gesundheitsförderung. In: Krüger, M./Neuber, N. (Hrsg.): Bildung im Sport. Springer VS, Wiesbaden, S. 307.

Nach salutogenetischem Ansatz ist vor allem der Kohärenzsinn von zentraler Bedeutung: die Verstehbarkeit der Welt (comprehensibility), die Handhabbarkeit als Überzeugung, mit eigener Kraft die Lebensaufgaben meistern zu können (manageability), und die Sinnhaftigkeit als Überzeugung, über sinnvolle Lebensziele und Projekte zu verfügen (meaningfulness). „Gesundheit ist kein Zustand, sondern ein vielfach vernetzter Prozess, der lebenslang bewusst gestaltet werden muss.“⁵ Hier wird ein prozesshaftes Verständnis von Gesundheit betont, und dieses Verständnis stellt den Bezug zu Lernen und Entwicklung her. Als gesund gilt, wer sich neue Handlungs- und Lebensbereiche vor dem Hintergrund langfristiger Zielsetzungen durch Lernen erschließt.⁶

Moderne Konzepte der Gesundheitsbildung und des Gesundheitsmanagements setzen nicht nur am Individuum an, sondern verknüpfen verhaltens- und verhältnisorientierte Maßnahmen systemisch. Damit erweitert sich die Perspektive auf politik- und lebensweltbezogene Ansätze. „Die individuelle gesunde Entwicklung steht in wechselseitiger Resonanz mit derjenigen der Gesellschaft oder Menschheit.“⁷ Strukturelle Veränderungen betreffen dann z. B. den Aufbau von sozialen Netzwerken und Unterstützungssystemen. Auf individueller Ebene sind alltagsweltliche Gesundheitskonzepte sowohl für Gesundheitsbildung als auch für Gesundheitsmanagement als ein zielgruppenspezifisch ausdifferenziertes Angebot zu berücksichtigen. Dabei kommen geschlechts- und milieuspezifische Aspekte⁸ zum Zuge: Frauen bevorzugen etwa Möglichkeiten der Körpererfahrung jenseits von Leistungs- oder Krafttraining. Wenn Männer dagegen etwas für ihren Körper tun, dann läuft das über Sport, Gesundheit ist sekundär. Auch interkulturelle Unterschiede

im Gesundheits- und Krankheitsverständnis werden inzwischen mit Bezug auf das Konzept „Diversity“ diskutiert, was ein inklusives gesundheitsmedizinisches System der wachsenden Anzahl von Menschen mit Migrationshintergrund auch schuldig ist.

In einem ganzheitlichen Work-Life-Balance- und Gesundheitsverständnis kommt außerdem eine spirituelle Dimension in den Blick: Gesundheit umfasst nicht nur das Individuum und seine Lebensbereiche Arbeit und Leistung sowie Beziehungen und soziale Kontakte, sondern auch die Dimensionen Körper und Geist und damit Lernen und Entwicklung.

Spirituelle Ansätze heben sich von profaner körperlicher und seelischer Fitness ab, weil sie Sinnggebung und persönliche Entwicklung integrieren und zum Dialog ermutigen.

Darüber hinaus sind sie offen für die Entwicklung eines globalen Verantwortungsbewusstseins und einer Achtsamkeit für ethische Werte. Ein solches Bewusstsein und entsprechende Überzeugungen können sich z. B. durch Meditationspraxis entwickeln. Sofern Spiritualität dem Einzelnen Freiheit ermöglicht – und zwar in einem vertrauensvollen Bezug auf ein größeres Ganzes – und in tiefer Verbundenheit oder einer positiven, stimmigen Gottesbeziehung gründet, kann sie gesundheitsförderlich wirken.⁹ Zu unterscheiden ist davon ein dogmatisch fixierter, einschränkender Glaube. Weil die Evangelische Erwachsenenbildung sich gegenüber spirituellen Praktiken auch anderen, auch nicht christlichen Zusammenhängen (Pilgern, Meditation, Retreats, Yoga als sogenanntes christliches Yoga usw.) als offen erweist, ist es schwierig, ein spezifisch evangelisches Profil zu erkennen. In der Regel beinhalten die Angebote bereits eine tolerante und zugleich kreative Synthese verschiedener spiritueller Wege.

III. Gesundheitsbildung

Gesundheitsbildung ist seit ihren Ursprüngen ein eigenständiger und stark nachgefragter Bereich der Erwachsenenbildung. Sie war von Anfang an transdisziplinär ausgerichtet und betonte durch ihren Bezug zu den sozialen Bewegungen die Selbstbestimmung der Menschen und die Persönlichkeitsentwicklung. In der Evangelischen Erwachsenenbildung finden sich heute zahlreiche entsprechende Angebote.



⁵ Lauterbach, M. (2008): Gesundheitscoaching. Carl Auer, Heidelberg, S. 29.

⁶ vgl. Ducki, A./Greiner, W. (1992): Gesundheit als Entwicklung von Handlungsfähigkeit. In: Zeitschrift für Arbeits- und Organisationspsychologie. Heft 4, S. 186.

⁷ Petzold, T. D. (2010): Praxisbuch Salutogenese. Südwest, München, S. 55.

⁸ Hoh, R./Barz, H. (2010): Weiterbildung und Gesundheit. In: Tippelt, R./von Hippel, A. (Hrsg.): Handbuch Erwachsenenbildung/Weiterbildung. Springer VS, Wiesbaden, S. 735.

⁹ vgl. Untersuchungen von Grossarth-Maticek, zit. in: Petzold, T. D. (2010): Praxisbuch Salutogenese. Südwest, München, S. 61 f.

Man muss anerkennen, dass die gut besuchten Angebote der Gesundheitsbildung wesentlich zur wirtschaftlichen Stabilisierung der öffentlichen Erwachsenenbildung beitragen.

Gesundheitsbildung wurde Mitte der 1980er-Jahre an den Volkshochschulen entwickelt und war von Anfang an mit sozialen Bewegungen aus der Studentenbewegung verknüpft, die sich gesellschaftskritisch engagierten. Das Pamphlet von Ivan Illich (1997) gegen „die Enteignung der Gesundheit“ ist hierfür programmatisch, ebenso waren es die „Gesundheitstage“ (erstmalig 1980 in Berlin) und die Einrichtung von Gesundheitsläden, die eine „Graswurzelmedizin“ und soziale Netzwerke Betroffener förderten. Die ersten Angebote entwickelten sich in der neuen Frauenbewegung. Ein neues Körperbewusstsein und Selbsterfahrung waren zentrale Themenbereiche, teilweise schon mit Bezug zu einer „weiblichen Spiritualität“. Frauen suchten, ihren Körper „der Macht der Schulmedizin und Pharmaindustrie“ zu entziehen. Schwangerschaft, Verhütung und Schwangerschaftsabbruch waren die ersten Themen („Mein Bauch gehört mir“), begleitet von historischen Forschungen über das verloren gegangene heilkundige Wissen der „Hexen“¹⁰.



Inzwischen hat sich der kritisierte Trend der „Medikalisierung des Lebens“ postmodern gewandelt: Das neue Leitbild ist das sich selbst ständig optimierende Individuum mit der Verpflichtung zur Eigenverantwortung für Fitness, insbesondere Jobfitness. Seit den 1990er-Jahren prägen die Begriffe „Work-Life-Balance“ und „Wellness“ die Diskussion, und vor allem körper- und bewegungsorientierte Kurse und Entspannungsangebote sind nachgefragt.

Zusätzlich wächst der Bedarf am Emotionslernen¹¹, was durch die Integration von Übungsangeboten zur Wahrnehmung und zum Verständnis von Gefühlen, ihrer Regulation und ihres Ausdrucks in die Erwachsenenbildung erkennbar wird. Über Ausdrucksformen wie Tanz, kreatives Schreiben und Malen öffnet die Gesundheitsbildung sich in Richtung ästhetische Bildung.¹²

Gesundheitsbildung geht über bloßes Informieren und Aufklären, über gesunde Lebensführung und gesundheitsbewusstes Verhalten hinaus, insofern sie sich auf einen ganzheitlichen und emanzipatorischen Bildungsbegriff (und ein ebensolches Gesundheitsverständnis) bezieht.

Ziel der Gesundheitsbildung ist die Entwicklung eigener Urteilsfähigkeit im Hinblick auf einen adäquaten und selbstbestimmten Umgang mit der persönlichen Gesundheit.¹³ Aus systemischer Perspektive wird dieses Ziel durch die Stärkung der natürlichen Selbstheilungskräfte des Menschen erreicht. Nur Wissen zu vermitteln, reicht eben nicht. Vielmehr geht es um Selbstreflexion und Sich-Ein fühlen: Es geht um ein Sich-Einlassen auf das, was der Körper aktuell braucht und welche Grenzen er aufzeigt. Betriebliche Bildung nun verlagert sich insgesamt von formellen Arrangements zu Learning on the Job, Communitys of Practice und unterstützenden Beziehungen und Netzwerken im Unternehmen, wie z. B. Mentoring.¹⁴ Besonders im Gesundheitsbereich spielt informelles Lernen eine große Rolle, da hier die meisten Fragen unter Laien ausgehandelt werden. Auch die Auflagenhöhe des Lebenshilfe-Buchmarktes bestätigt den Eindruck, dass hier enorme Selbstlernbewegungen im Gange sind.¹⁵

IV. Betriebliches Gesundheitsmanagement

Zielsetzung betrieblichen Gesundheitsmanagements ist es, die Beschäftigungsfähigkeit (Employability) wiederherzustellen bzw. langfristig für das Unternehmen zu erhalten. Im betrieblichen Kontext liegt der Schwerpunkt auf der Fragestellung, wie die Leistungsfähigkeit der Beschäftigten zu erhalten und zu fördern ist.¹⁶ Das ist für die Gesundheitsförderung ein geeigneter Ansatzpunkt, weil Erwerbstätige die meiste Zeit in beruflichen Feldern verbringen und diese mögliche Ursachen für chronische Erkrankungen bereitstellen.

¹⁰ vgl. Ehrenreich, B./English, D. (1975): Hexen, Hebammen und Krankenschwestern. Frauenoffensive, München; Höher, F. (1983): Hexe, Maria und Hausmutter – Zur Geschichte der Weiblichkeit im Spätmittelalter. In: Kuhn, A./Rüsen, B. (Hrsg.): Frauen in der Geschichte. Bd. 3. Schwann, Düsseldorf, S. 13–62.

¹¹ Hierzu Arnold, R. (2009): Seit wann haben Sie das? Grundlinien eines Emotionalen Konstruktivismus. Carl Auer, Heidelberg.

¹² Vgl. Dietel, S. (2012): Gefühls Wissen als emotional-körperbezogene Ressource. Springer VS, Wiesbaden, S. 88 ff.

¹³ Kolb, M. (2011): Hauptsache Gesundheitsbildung!? – Ein Essay zum Bildungspotenzial von Prävention und Gesundheitsförderung. In: Krüger, M./Neuber, N. (Hrsg.): Bildung im Sport. Springer VS, Wiesbaden, S. 299–313.

¹⁴ Vgl. Höher, F. (2014): Vernetztes Lernen im Mentoring. Springer VS, Wiesbaden.

¹⁵ Hoh, R./Barz, H. (2010): Weiterbildung und Gesundheit. In: Tippelt, R./von Hippel, A. (Hrsg.): Handbuch Erwachsenenbildung/Weiterbildung. Springer VS, Wiesbaden, S. 739.

¹⁶ Einige Autoren erweitern diesen Begriff und rücken ihn in die Nähe einer allgemeinen Lebensfähigkeit, die sich nicht nur auf den Beruf, sondern auch auf andere Tätigkeitsbereiche wie z. B. Haus-, Familien- oder Freiwilligenarbeit bezieht. (Badura, B. et al. (2009): Betriebliches Gesundheitsmanagement. Springer, Heidelberg, S. 8.)

Bei der Schaffung von gesunden betrieblichen Rahmenbedingungen und der Aktivierung von organisationalen Ressourcen sind in der Regel folgende Ziele leitend:

- Integration von Gesundheitszielen in das strategische Management
- Förderung einer Organisationskultur des Vertrauens, der Wertschätzung und der sozialen Unterstützung im Unternehmen
- Beanspruchungsoptimale und lernförderliche Aufgabengestaltung
- Wissensmanagement (z. B. durch Mentoring)
- Partizipative und flexible Arbeits- und Arbeitszeitgestaltung
- Ermutigung zum eigenverantwortlichen Handeln und Ermöglichen desselben durch zugestandene Autonomie und Handlungsspielräume
- Fairness und Gerechtigkeit
- Ergonomische Arbeitsplätze und Sicherstellung des Arbeitsschutzes
- Einsatz für bessere Rahmenbedingungen (z. B. zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf)
- Angebote betrieblicher Gesundheitsförderung
- Personenspezifische(s) Weiterbildung und Coaching

Verhaltensbezogene Ansätze zeigen immer dann begrenzte Wirkung, wenn ein verändertes Bewusstsein, worauf die Gesundheitsbildung abzielt, und weiter unveränderte betriebliche Rahmenbedingungen aufeinandertreffen. Heute wird daher ein Konzept von Gesundheitsmanagement favorisiert, das verhaltens- und verhältnisbezogene Maßnahmen systemisch miteinander verschränkt.¹⁷ Für stark individualisierte, ressourcenorientierte und Selbstreflexivität anregende Lernsettings sind (Gesundheits-) Coachings besser geeignet als Verhaltenstrainings, klassische Präventionsmaßnahmen oder Fachvorträge. Betriebliche Weiterbildung (Training) integriert daher in zunehmendem Maße Coaching-Elemente bzw. ist mit Coaching-Interventionen verbunden. Der Erfolg eines betrieblichen Gesundheitsmanagements wird seit der Aufnahme von Leistungen zur Gesundheitsförderung in das Krankenversicherungsrecht fast ausschließlich an einem reduzierten Krankenstand festgemacht. Das ist zwar berechtigt, kann aber

nicht das einzige Kriterium sein. Untersuchungen zeigen nämlich ebenfalls einen Zusammenhang zu Produktivitätssteigerungen und Verbesserung der internen Kommunikation.¹⁸ Sowohl Arbeitsqualität als auch gesundheitliches Wohlbefinden stehen mit den immateriellen Arbeitsbedingungen eines Unternehmens in engem Zusammenhang, also mit dem Sozial- und Wertekapital (menschengerechte Kooperation, vertrauensvoller Umgang miteinander, gegenseitige Wertschätzung und geteilte Überzeugungen und Werte, menschenwürdige Arbeitsbedingungen). Gesundheitsförderung im Betrieb erweitert sich daher zwangsläufig um die Perspektive einer wertschätzenden Kommunikation und die Förderung von helfenden Beziehungen.

V. Perspektiven für die Erwachsenenbildung

Die Problematik zunehmender psychischer Belastungen ist in vielen Unternehmen durchaus bekannt. Sie organisieren Gesundheitstage, nutzen betriebliche Sozialberatung, Employee Assistance Programs (EAP) und Coachings. Über die Arbeitssicherheit werden Gefährdungen erfasst und reduziert, allerdings kommen psychische Belastungen und organisationskulturelle Faktoren noch wenig in den Blick. Hier besteht ein großer Handlungsbedarf. Unternehmen haben Interesse an Aufklärung über Burn-out bzw. entsprechende Interventionsmöglichkeiten, und die Krankenkassen entsprechen dem z. T. auch. So ergibt sich ein breites Handlungsfeld für die Erwachsenenbildung in der Kooperation mit Betrieben und Einrichtungen des öffentlichen Dienstes.

Insbesondere Führungskräfte sind im Hinblick auf ihre Verantwortung für die Gesundheit der Mitarbeitenden und der Organisation eine wichtige Zielgruppe für die Erwachsenenbildung.

So fragt sich diese Zielgruppe z. B.:

- Woran erkenne ich, wenn ein Mitarbeiter gefährdet ist?
- Wie verhalte ich mich als Führungskraft, wenn ich zunehmende Demotivation oder Leistungsabfall in Teams oder bei Einzelnen erkenne?
- Was ist möglich, wenn ich Überforderungen oder Unterforderungen erkenne, aber im System keine Möglichkeit besteht, durch arbeitsorganisatorische Maßnahmen bzw. Versetzen auf einen anderen Arbeitsplatz Lösungen herbeizuführen?

¹⁷ U. a. vgl. Badura, B. et. al. (2009): Betriebliches Gesundheitsmanagement. Springer, Heidelberg.

¹⁸ Hoh, R./Barz, H. (2010): Weiterbildung und Gesundheit. In: Tippelt, R./von Hippel, A. (Hrsg.): Handbuch Erwachsenenbildung/ Weiterbildung. Springer VS, Wiesbaden, S. 742.

- Wie kann eine Mitarbeiterin, die aufgrund einer psychischen Erkrankung lange abwesend war, am besten wieder in das Team integriert werden?
- Wie kann ich in den turbulenten Veränderungsprozessen Selbstsorge für mich selbst entfalten und für die eigene Lebensbalance und Gesundheit sorgen?

Von einer systemischen Gesundheitsbildung sind solche Fragen aufzugreifen und mittels Aufklärung, Selbstreflexion und Problemlösungsstrategien zu bearbeiten.

Systemische Gesundheitsbildung entwickelt einerseits Impulse in Richtung Organisationsgestaltung und -entwicklung, andererseits in Richtung Coaching und Gesundheitscoaching.

Trotz der drängenden Problematik und des wachsenden Interesses von Unternehmen an entsprechenden Bildungs- und Beratungsangeboten existiert eine paradoxe Situation: Es ist bekannt, wie Zeitdruck, Arbeitsverdichtung und -intensität die genannten Probleme verschärfen, zugleich aber werden präventive Angebote für Führungskräfte auf Kurzvorträge „eingedampft“. Innerhalb von ein paar Stunden soll das Wesentliche vermittelt und die Teilnehmenden sollen möglichst zu einem checklisten-gestützten Vorgehen befähigt sein. Darin drückt sich das Dilemma von Führungskräften aus, die selbst unter Zeit- und Leistungsdruck stehen. Solche Erwartungen bremsen jedoch letztlich die Einführung eines Gesundheitsmanagements. Befragt, woran die Einführung scheitert, antworten Personalverantwortliche und Geschäftsführer, es liege am Tagesgeschäft (88 %), an fehlenden Ressourcen (76 %) und daran, dass andere Themen wichtiger seien (73 %). Immerhin macht ein Drittel auch den Widerstand bei den Führungskräften dafür verantwortlich.¹⁹

Die gesundheitsbezogene Erwachsenenbildung muss auf diese Situation reagieren und liefert „Bildung auf Bestellung“, also passgenaue und wissenschaftlich fundierte Vorträge. Für ein ganzheitliches Konzept reicht dies allerdings nicht ansatzweise, denn was ist z. B. mit dem Aspekt der Selbstsorge für die betroffenen Führungskräfte? – Eine systemische Didaktik bezieht sich sowohl auf den Einzelnen – seine Lebenswelten Arbeit, Beruf und Familie – als auch auf die Eigenzeit für sich selbst, auf verhaltens- und

verhältnisbezogene Aspekte. Sie berührt darüber hinaus kognitive, emotionale und körperliche Intelligenz (Körper, Seele und Geist). Führungskräfte, insbesondere Männer, für solche Angebote zu motivieren, ist anspruchsvoll, doch es gibt hier erste Angebote seitens der evangelischen Kirche, z. B. die sogenannten „thematischen Einkehrtage“.

Insgesamt aber erreichen die Angebote der Evangelischen Erwachsenenbildung die Führungskräfte noch wenig. Am meisten noch stoßen die Akademien für Führung und Verantwortung (in Bad Boll und Villigst) sowie einige Initiativen des Kirchlichen Dienstes in der Arbeitswelt

(etwa Spiritual Consulting in der Ev. Luth. Landeskirche Hannover) in diese Lücke. Evangelische Weiterbildungsträger beginnen, die Lücke zu besetzen und bieten in Kooperation mit Unternehmen und Unternehmensverbänden für Organisationen und Einzelpersonen folgende Angebote an, die alle einen Gesundheitsbezug herstellen:

- Coachings für Führungskräfte
- Bildung und Beratung zu wertschätzender Kommunikation und gesundheitsorientierter Führung (z. B. Führungskräfte trainings)
- Vorträge zu entsprechenden Themen wie z. B. Work-Life-Balance, Führung und Gesundheit, Corporate Social Responsibility
- Einkehrtage, Achtsamkeitstrainings
- „Prima Klima“ – ein strukturierter Prozess zur partizipativen Erfassung des Betriebsklimas auf Gruppen-/Abteilungsebene und Moderation von Verbesserungsschritten

Im Kontext betrieblicher Bildung kann das Etikett „evangelisch“ problematisch sein, als damit eine missionarische Einflussnahme unterstellt werden könnte. Für die Auftraggeber besteht außerdem folgendes Dilemma: Ein Unternehmen, das „evangelische Gesundheitsbildung“ betriebsintern anbieten will, muss der Neutralität wegen auch katholische und religionsfreie sowie muslimische Bildung usw. anbieten. Auf der anderen Seite kann ein christlicher Anbieter aber mit einer klaren Werteorientierung auch punkten, was nicht zuletzt in kirchennahen Kontexten von Bedeutung sein kann.



¹⁹ Bechmann, S. et. al. Motive und Hemmnisse für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) IGA Report.

Evangelische Akzente in der betrieblichen Weiterbildung – Eine Frage des Wohlbefindens

Pfarrer PD Dr. Freimut Schirmmacher



Kirchliche Hochschule
Wuppertal/Vorsitzen-
der der AGEB Kurhessen-
Waldeck
Tel. 0561 42273
E-Mail: freimut-schirm-
macher@web.de

Ökonomie konstruiert stets Zusammenhänge zwischen Wirtschaft und Menschenbildern. Da liegt die Frage nicht weit: Wie können unter dieser Voraussetzung Akzente der Evangelischen Erwachsenenbildung im Bereich von Arbeit und Wirtschaft gesetzt werden? Hierzu will dieser Bei-

trag einige exemplarische Aspekte aufzeigen – und zwar mit Bezug auf Ergebnisse des Projektes „Gesund bleiben in der Arbeitswelt – Entwicklung eines Curriculums zur Burn-out-Prävention unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungen von Männern und Frauen“¹. Das Projekt bestand aus zwei öffentlichen Hearings, einem Workshop sowie vier Praxisprojekten.²

Den steigenden Arbeitsrisiken steht eine geringe Präsenz Evangelischer Erwachsenenbildung in Unternehmen gegenüber. Nachhaltige Betriebskontakte existieren kaum, weswegen es dringend erscheint, Konzepte für eine betriebliche Weiterbildung zu entwickeln, die die verschärften Grundprobleme heutigen Wirtschaftens und Arbeitens aufgreifen.

Dabei hat sich auch die betriebliche Weiterbildung auf ein Menschenbild zu beziehen, in dem Würde, Wertschätzung und *Wohlbefinden* Basiswerte sind.⁵ Solche Konzepte sind nicht unvereinbar mit den Zwängen, die in der Arbeitswelt ohne Zweifel vorhanden sind. Betriebliche Weiterbildung muss die Herausforderungen des Wettbewerbs, in dem sich Unternehmen heute befinden, ernst nehmen und auch die Situation und die Ressourcen von Führungskräften und Arbeitnehmer(inne)n innerhalb dieses Systems wahrnehmen.

In unserem Projekt „Gesund bleiben in der Arbeitswelt“ wird der betrieblichen Binnensicht dadurch Rechnung getragen, dass *gesundheitspädagogisch* angesetzt wird. „Gesundheit“ ist ein weithin anerkannter Wert und durchlässig nicht nur für ökonomische und medizinische, sondern auch für pädagogische, philosophische sowie theologische Diskurse. Gerade ein vielschichtiger Gesundheitsbegriff im Sinne von „Wohlbefinden“ eignet sich hervorragend als Ansatzpunkt für die Konzipierung betrieblicher Weiterbildung.

Die Folgen von Globalisierung und Arbeitsverdichtung machen sich in den Betrieben auch mit Bezug auf das Gesundheitsthema bemerkbar – nicht zuletzt durch *gestiegene Fehlzeiten aufgrund psychischer Krankheit*. Konzepten des Gesundheitsmanagements wird in den Führungsebenen daher hohe Bedeutung zugemessen. Für eine diesbezügliche Präventionsarbeit erschließen sich *unterschiedliche Interventionsebenen*: einmal mit Fokus auf die einzelnen Mitarbeitenden, zweitens hinsichtlich der Kompetenzerweiterung und des Selbstmanage-

den. Wirtschaftsbetriebe sind in der Regel nicht im Wahrnehmungsfeld von Kirchengemeinden und fügen sich vielfach auch nicht in die Komm-Strukturen von Bildungsträgern. So ist zu konstatieren:

I. Weiterbildung statt Medikation und Therapie

Erwachsene verbringen einen großen Teil ihrer bewussten Lebenszeit im Beruf. Erwerbsarbeit kann dabei *salutogen* oder *pathogen* wirken. *Salutogene Aspekte* ergeben sich aus der Funktion von Arbeit für die Existenzsicherung, die soziale Sicherung, den Lebenssinn, das Selbstbewusstsein sowie Zeit- und Tagesstrukturierung. Pathogene Aspekte sind etwa arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren, Erkrankungen, Berufskrankheiten, Arbeitsunfälle, Frühinvalidität oder (vorzeitiger) Tod.³ Unverkennbar ist, dass salutogen wirkende Arbeit auch auf Sinndeutung bezogen ist. Allerdings ist Arbeiten heute einbezogen in Globalisierungszusammenhänge. Diese haben einerseits eine Reduktion körperlicher Belastung, verbesserte Qualifizierungsmöglichkeiten, Aufstiegschancen und Anteilmöglichkeiten an globalen Netzwerken zur Folge, andererseits sind ihre negativen Auswirkungen Arbeitsverdichtung, erhöhte Erreichbarkeit, Aufweichung fester Arbeitszeiten, Instabilität von Arbeitsbeziehungen, größere Mobilitätsanforderungen und nicht zuletzt gestiegene Arbeitsplatzunsicherheit. Insofern wächst heutzutage mit den neuen Chancen ein *erhöhtes Risiko, durch Arbeit krank zu werden*. Krank macht Arbeit konkret durch Kontrollverlust, Frustration, Wertekonflikte oder fehlende Passung von Arbeit und Arbeitenden.⁴

Der Kirchliche Dienst in der Arbeitswelt (KDA) ist in den letzten Jahren deutlich verringert wor-

¹ Dieses Projekt wurde im Jahre 2012 von den Referaten „Erwachsenenbildung/Männerarbeit“ sowie „Arbeits-Wirtschaft-Soziales“ der Ev. Kirche von Kurhessen-Waldeck in Kooperation mit dem Hessencampus durchgeführt und vom Land Hessen mit Sondermitteln gefördert. Mitglieder der Projektgruppe waren: Jochen Gerlach, Ute Göpel, Freimut Schirmmacher, Stefan Sigel-Schönig, Martina Spohr und Nina Wetekam. Der Abschlussbericht kann als CD-ROM bei der Arbeitsgemeinschaft für Ev. Erwachsenenbildung (AGEB) der EKKW oder dem Referat Erwachsenenbildung/Männerarbeit, Wilhelmshöher Allee 330, 34117 Kassel angefordert werden.

² Das erste Hearing war gesellschaftsdiagnostischen Fragen gewidmet mit Impulsen des Sozialpsychologen Heiner Keupp, des Arbeitswissenschaftlers Andreas Weber und des Männerforschers Stephan Höyng. Das zweite Hearing war Fragen der Praxiskonzipierung gewidmet mit Impulsen des Psychotherapeuten Jörg Fengler, des Psychiaters Michael Franz, der Unternehmensberaterin Anette Finz und des Theologen und Männerarbeiters Christoph Walser. Ein Workshop

ments von Führungskräften, und als dritte Ebene wird auch die jeweilige Unternehmensorganisation bzw. -kultur untersucht. Eine solche dreidimensionale Anlage der betrieblichen Weiterbildung verhindert eine *individualisierende Engführung des Burn-out-Phänomens*.



Die heute vielfach zu beobachtende „Klinifizierung“ und „Medikalisierung“ von Burn-out-Symptomen und Depression verhindert, deren persönlichen und gesellschaftlichen Sinn zu erkennen.⁶

Dagegen wird in unserem Projekt vorausgesetzt, dass Burn-out keine Krankheit ist und somit nicht primär psychiatrisch oder psychotherapeutisch behandelt werden muss, auch wenn es in Störungen mit Krankheitswert münden kann. Im konkreten Fall sind dann psychiatrische Abklärungen notwendig, auch da vermeintliche Burn-out-Symptome zu psychischen Krankheitsbildern (etwa zur Demenz) gehören können. Zunächst aber stellt sich Burn-out als eine Phase „chronischer Erschöpfung“ dar, es handelt sich in erster Linie um „einen ganzheitlich wirkenden Zustand intensiver Erschöpfung“⁷. Vorausgehende Phasen sind mangelnde Motivation und akute Erschöpfung.

II. Aspekte einer komplexen Diagnose

Die erwachsenenpädagogischen Angebote stehen vor dem Problem, dass nur bestimmte Gruppen von Teilnehmenden außerbetriebliche Angebote im Freizeitbereich wahrnehmen. Für eine nachhaltig wirksame Präventionsarbeit sind daher von vornherein auch innerbetriebliche Formate einzubeziehen. Vor allem hier kommt dann die Einsicht zum Tragen, dass es sich nicht um Probleme handelt, die ausschließlich individualisiert zu bearbeiten sind. H. Keupp sieht eine „spürbare Beschleunigung und Verdich-

tung der Abläufe in den beruflichen und privaten Lebenswelten“, wobei das Individuum dabei „Täter und Opfer in einer Person“ ist. Die Folge sind dann eine Abwärtsspirale mit Dienst nach Vorschrift, innere Kündigung und das Gefühl des „Ausgebranntseins“. Dies betrifft in besonderer Weise Männer. Deren Teilnahmebereitschaft an außerbetrieblichen Maßnahmen der Gesundheitsbildung ist jedoch bekanntlich deutlich geringer als die von Frauen. Insofern stellt sich als eine besondere Herausforderung, einen Zugang zu Männern zu finden. So wies Chr. Walser beim Hearing darauf hin, dass Männer geradezu in unterschiedlichen Welten leben: einmal der „Arbeitswelt“, sodann mit Partnerschaft und Familie in der „Familienwelt“ und schließlich in einem Raum für sich selbst, der „Eigenwelt“. Außerdem wäre bei der Burn-out-Prävention mit Männern zu beachten, dass sich mit zunehmendem Druck bei ihnen bestimmte stereotype Mechanismen zeigen, wie z. B. der Rückgriff auf alte Muster („da muss Mann alleine durch“), neue Tabuisierungen („wen's trifft ...“) oder Banalisierung („jeder hat ein Burn-out“).

Als weitere strukturelle Ursachen sind zu nennen: *Missbrauchsmöglichkeiten des Managements by objectives* durch zu hohe oder zu niedrige Zielsetzungen, woraus dann Ermüdungstendenzen resultieren. A. Weibel stellte in unserem Workshop hierzu fest, dass leistungsvariable Vergütungskonzepte wie Akkord, Boni, Prämien und Gewinnbeteiligung sehr häufig, jedoch deren Effekte (z. B. erhöhte Leistung und Motivation) empirisch nicht evident sind. Stattdessen gibt es Indizien für „versteckte Kosten leistungsvariabler Löhne“. Leistungsvariable Vergütung ist also nicht für jede Tätigkeit geeignet und zeigt auch nur bedingte Wirksamkeit.



Akkord, Boni, Prämien und Gewinnbeteiligung – richtige Motivation?

zu betriebswirtschaftlichen Aspekten fand mit Antoinette Weibel (BWL/Organisationswissenschaft) statt. J. Fengler, M. Franz und Chr. Walser engagierten sich (neben den Mitgliedern der Projektentwicklungsgruppe) auch bei Praxisprojekten.

³ So A. Weber beim ersten Hearing.

⁴ So der Wortlaut von A. Weber beim ersten Hearing.

⁵ Tippelt schreibt in diesem Sinne: „Bildung entfaltet ihre gestaltende Kraft, wenn Fairness und Partizipation, Demokratie und Gemeinschaft und insbesondere die Selbstentfaltung des Einzelnen hohe Priorität erlangen.“ (Tippelt, Rudolf (2012): Menschenrechte als Aufgabe und ihre Herausforderung für die Erwachsenenbildung. Bildungstheoretische Reflexionen. In: JEEB 1 (2011/12), S. 150.)

⁶ So H. Keupp beim ersten Hearing.

⁷ So der Wortlaut von M. Franz beim zweiten Hearing.

III. Neue Ansätze für betriebliche Weiterbildung

Da die Veränderungen in der Arbeits- und Alltagswelt offensichtlich die Bewältigungsmöglichkeiten vieler Menschen überschreiten, kann hier eine *reflexive Identitätsarbeit* weiterführend sein, die sich auf die betrieblichen und gesellschaftlichen Hintergründe von individuellen Problem- und Leidenszuständen bezieht.⁸ Hierin liegt ein Ansatzpunkt für eine betriebliche Weiterbildung in evangelischer Verantwortung. Dies kann im Bildungsformat explizit angelegt sein oder durch individuellen Transfer



erfolgen, etwa bei Informationsveranstaltungen. Damit agiert betriebliche Weiterbildung weniger „Ich-nah“, sondern mehr in Gruppensettings, wobei ein *hohes Maß an Zutrauen in die Selbstregenerierungskräfte*

der Teilnehmenden sowie ein Zugang zum Gesamtsystem des Unternehmens vorausgesetzt ist. Schlüsselbedeutung im Weiterbildungsprozess und dessen Zielstellung haben Prozessvariablen wie: Akzeptanz, Selbstwirksamkeit und Einflussmöglichkeiten – also Wohlbefinden. Dies entspricht auch motivationspsychologischen Erkenntnissen. A. Weibel sieht „intrinsische Motivation geradezu als Treiber von Wohlbefinden“. Zentral sind dabei die *motivierenden Beziehungen am Arbeitsplatz*, d. h. die Aufgabeninterdependenz, das Feedback von Mitarbeitenden, die soziale Unterstützung sowie die Kontakte nach „draußen“. Prävention muss vor allem auf eine Verbesserung der Arbeitsbedingungen zielen.

Individuelle Selbstsorge ist dann nur *im Kontext kollektiver Interessenvertretung* sinnvoll.

Dazu gehören u. a. kollegiale Beziehungen, Selbsthilfegruppen, Netzwerke oder Gewerkschaften. Neben To-do-Listen, die auch Stressmanagement, Sport, Schlaf und Regeneration berücksichtigen, empfiehlt A. Weber daher „die Implementierung einer betrieblichen Gesundheitsstrategie, arbeitsmedizinische Vorsorge, Gesundheitszirkel, eine gesundheitsbewusste Arbeitsorganisation, Monitoring und die Installation von Frühwarnsystemen“.

Entscheidende Bedeutung hat eine Arbeitsgestaltung, die die Bedeutsamkeit der Arbeit erlebbar macht (Zugehörigkeit), Verantwortung für die Arbeitsergebnisse zuweist (Autonomie) und Wissen um die Ergebnisse der Arbeit ermöglicht (Erfolg).

A. Weber nannte im Hearing zudem eine Reihe von psychosozialen Stressoren in der Arbeitswelt wie „mangelndes Führungsverhalten, prekäre Arbeit, Arbeitsplatzunsicherheit oder ungünstige Arbeitszeiten“. Analog wirken sich aus: „geringe soziale Unterstützung, Ungerechtigkeit im Unternehmen, Feindseligkeit und Mobbing, fehlende Kontrolle und Fremdbestimmung, Arbeitsverdichtung und Multitasking, finanzielle Belastungen, Konkurrenz beruflicher und privater Aufgaben sowie eine pathologische Anwesenheitskultur“. J. Fengler entfaltete im Hearing folgende Ebenen für burn-out-bezogene Interventionen: „Haltungen und Verhaltensweisen der Person, privates Erholungsverhalten, Kompetenz im Kontakt mit beruflichen Zielgruppen, Anleitung- und Fürsorgeaufgaben von Vorgesetzten, Kommunikationsformen im Team, Entscheidungen auf Leitungsebene von Institutionen und Branchen“.

Dem Führungsverhalten in Unternehmen kommt hierbei eine wichtige Bedeutung zu. Es ist ein „gesundheitsorientiertes Führen“ anzustreben, das zur Früherkennung befähigt, auf Beziehungs- und Verweiskompetenz basiert und etwa an Folgendem ansetzt: Vorbildfunktion, Arbeitsorganisation, Betriebsklima und Problemlösungskompetenz. So geht es in der Weiterbildung von Führungskräften um die Auseinandersetzung mit der eigenen Person als Führungskraft sowie um Kompetenzen des Führungsverhaltens. A. Finz trat im Hearing statt für ein „Leading by objectives“ für ein „Leading by meaning“ ein, also für ein Führen durch Erschließen von Sinn. Leider ergab sich aus den Impulsen von A. Finz kein eigenes Praxisprojekt. A. Weibel wiederum empfahl in unserem Workshop einen „humanistischen Führungsstil“, der sich auszeichnet durch „ein positives Menschenbild (auf gleicher Augenhöhe), Komponenten wie Fairness, Transparenz, Wertschätzung, Vertrauen, einer Stärken- statt Schwächenorientierung, konstruktiver Kritik, Zeitbudget für die Personalführung, persönlicher Integrität, Authentizität und Nicht-Käuflichkeit“. Betont wurde im Workshop also die Selbstbestimmung der Arbeitnehmer sowie eine unterstützende Führung, wozu laut A. Weibel eben auch gehört, dass im Unternehmenskonzept mög-

⁸ So H. Keupp beim ersten Hearing.

lichst nur solche extrinsischen Anreize gesetzt werden, die intrinsische Motivationen nicht verdrängen, z. B. Beförderungsmöglichkeiten oder Team-Boni.

Ausgehend von diesen konzeptionellen Grundlagen erprobten wir im Projekt „Gesund bleiben in der Arbeitswelt“ einige Formate für erwachsenenpädagogische Burn-out-Prävention exemplarisch in unterschiedlichen Kontexten.

a) „Time-out statt Burn-out“

Als Praxisprojekt wurde ein männerspezifischer Halbtagsworkshop durchgeführt, wobei der Burn-out-Begriff ein Zugang war, um eine sehr leistungsorientierte männliche Sozialisation angesichts fragiler Selbstwertgefühle aufzuarbeiten.⁹ Dazu wurde der Begriff „Time-out“ aus dem Sport auf das Leben übertragen. Im Workshop empfahl C. Walser den Männern, nicht auf eine große Auszeit zu warten, sondern kleine und größere Time-outs pro Tag, Monat, Woche oder Jahr einzulegen. Mit Walsers Konzept der „Time-out-Philosophie“ nahm er eine religiöse Tradition der Auszeiten auf und verstand „Sich-erholen-Können“ explizit als „spirituelle Kompetenz“. Laut Walser erschließt sich ein Bezug zur reformatorischen Rechtfertigungslehre durch die Einsicht, dass „wir von Zuwendung und nicht durch unsere Wirkung leben“. Auf diese Weise wurde dann im Workshop versucht, die Isolation der Einzelnen aufzubrechen und eine Art „Weggemeinschaft von Teilnehmenden“ zu bilden, um mehr „spirituelle Intelligenz“ zu entwickeln. Im Praxisprojekt zeigte sich, dass anhand dieser Time-out-Konzeption tatsächlich Ressourcen für Selbstwahrnehmung und Selbstmanagement erschlossen werden können.

ooo und Tschüss!

Kleine Auszeit statt Erschöpfung

b) Hearings

Das Projekt „Gesund bleiben im Betrieb“ umfasste zwei Hearings in außerbetrieblichem Kontext (Tagungsstätten) mit klar strukturierter Abfolge von Inputs für Führungskräfte, Arbeitnehmervertreter und Interessierte. Das Format „Hearing“ mit straffen Info-Teilen, Rückfragen durch Experten und ggf.

kurzen Fragemöglichkeiten aus dem Publikum war sehr hilfreich, zumal die Möglichkeit vertiefender moderierter Workshops mit den Experten gegeben war. Bei den Führungskräften und Fachleuten aus dem Bereich Gesundheitsmanagement zeigte sich ein großes Interesse an der Thematik. In den Pausen und in den thematischen Workshops wurde die Möglichkeit zum Austausch und zu praktischer Vertiefung rege genutzt. Solche Hearings erscheinen gerade auch für kleinere und mittlere Unternehmen sehr interessant. Sie benötigen eine „Bildungsplattform“ für Aufbau und Weiterentwicklung des betrieblichen Gesundheitsmanagements. Sinnvoll ist letztlich eine überbetriebliche Infrastruktur für Information, Entwicklung von Weiterbildungskonzepten und fallbezogene Beratung. Hier zeigt sich eine Entwicklungsperspektive für evangelische Bildungsträger und Erwachsenenbildungswerke, ggf. in Kooperation mit dem Kirchlichen Dienst in der Arbeitswelt (KDA).

c) Workshop mit Führungskräften und kleineren und mittleren Unternehmen

Besondere Bedeutung kam in unserem Projekt der Arbeit mit Führungskräften zu. Erfolgreich wurde ein Halbtagsworkshop mit Führungskräften eines Unternehmens erprobt, bei dem individuelle und betriebliche Zugänge zur Burn-out-Prävention erarbeitet wurden. Die Elemente des Workshops waren: Info-Vortrag, Einzelarbeit und Plenum. Bei der Konzipierung von Workshops mit Führungskräften kommt der Vorbereitungsphase hohe Bedeutung zu. Hierbei sind die Erwartungen von Teilnehmenden mit den Möglichkeiten des Formats „Workshop“ abzugleichen und ein spezifischer Mix aus Informationsanteilen, Selbsterfahrungselementen und Kompetenzerweiterung im Führungsverhalten anzulegen bzw. auszutarieren. Grundsätzlich ist Vertraulichkeit wichtig.

Das Format „Workshop“ erscheint auch für kleinere und mittlere Unternehmen interessant, die wenig Zugang zu Präventionskonzepten haben und in der Regel weder über eine eigene Betriebsmedizin noch ein explizites Gesundheitsmanagement verfügen. Bei technisch oder betriebswirtschaftlich ausgebildeten Führungskräften und Belegschaften besteht z. T. Unsicherheit in Hinsicht auf psychosoziale Themenstellungen. Im Projekt wurde daher auch ein thematischer Workshop für Belegschaft und Be-

⁹ Für Frauen wurde als Praxisprojekt ein analoger Nachmittagsworkshop „Gesunde Fürsorge bewahren“ durchgeführt. Schwerpunkte waren hier Aspekte der Selbstfürsorge, Mini-Coaching und Arbeit an den eigenen Kraftquellen.

triebsleitung eines mittleren Unternehmens durchgeführt. Im Vordergrund stand die Zielstellung, über die Burn-out-Thematik zu informieren und zu sensibilisieren. So wurden Voraussetzungen für einen Konsens in der Einschätzung des Burn-out-Phänomens sowie für den innerbetrieblichen Umgang angelegt. Für den Erfolg der Maßnahme maßgeblich war die Kombination von Vorbereitungsphase, Informationsteil, niedrigschwelliger Selbsterfahrung und Austausch.

d) Akteure des Gesundheitsmanagements

Als Praxisprojekt wurde auch ein Halbtagsworkshop mit der Arbeitsgruppe „Gesundheitsmanagement“ eines größeren Unternehmens durchgeführt. Die Arbeitsgruppe bestand aus Vertretern der Arbeitswissenschaft, Betriebsmedizin, Betriebskrankenkassen, des Sozialdienstes und Betriebsrates. Themen des Workshops können dann entsprechend spezifischer auf die Burn-out-Prävention bezogen sein, etwa in Hinblick auf die Arbeit an Konzepten und Maßnahmenkatalogen (mit Frühwarnkennzeichen gegen Burn-out, für Mitarbeitergespräche oder für das betriebliche Wiedereingliederungsmanagement). Als sinnvoll erwies sich, an konkreten, von der Arbeitsgruppe zuvor genannten Problemstellungen und Fragekomplexen zu arbeiten. Wichtig ist daher die Vorbereitungsphase für die persönliche Kontaktaufnahme mit Vertretern der Arbeitsgruppe und vor allem die Möglichkeit, Fragen oder Themen erarbeiten zu können. Auch hier ist die Zusage von Discretion von hoher Bedeutung. Erster Schwerpunkt des Workshops war zunächst ein thematischer Informationsteil (mit Diskussions- bzw. Rückfragemöglichkeit). Als zweiter Schwerpunkt erschien dann ein Fokus auf Verhaltenskompetenzen der Teilnehmenden (z. B. bei der Durchführung von Mitarbeitergesprächen) sinnvoll. Ein letzter Schwerpunkt kann die Fallarbeit an konkreten Szenarien (wie Probleme mit Führungskräften, Umgang mit Suiziddrohungen und Ähnliches) oder die Entwicklung von Präventionskonzepten sein. Hierzu gehören auch die Entwicklung koordinierter Verhaltenskonzepte der Akteure, die (Weiter-)Entwicklung von einzelnen Elementen des Präventionskonzeptes oder die Multiplizierung von Standards und Handlungskonzepten im Unternehmen.

IV. Fazit

Im Projekt „Gesund bleiben in der Arbeitswelt“ wurde die Burn-out-Prävention als Ansatzpunkt für eine betriebliche Weiterbildung mit evangelischen Akzenten positioniert. Dabei konnten verschiedene Arbeitsformen und Praxiskonzepte in unterschiedlichen Settings erprobt werden. Deutlich wurde, dass in der Praxis der betrieblichen Weiterbildung der spezifische Mix dieser Elemente wichtig ist. Die Formate zur Burn-out-Prävention können dann für unterschiedliche Unternehmensformen instruktiv sein. Hierzu gehören auch kirchliche Bildungseinrichtungen und Diakonie. Dabei werden in der betrieblichen Weiterbildung Elemente von (Unternehmens-)Beratung und (Weiter-)Bildungsarbeit mit gesundheitspädagogischer Zielrichtung verschränkt. Diese Verschränkung bricht die Komstruktur evangelischer Bildungsarbeit auf und öffnet sie für innerbetriebliche Projekte. Es ergibt sich eine fruchtbare Perspektive, in der unternehmensbezogene evangelische Erwachsenenarbeit durch Bildungsträger, Erwachsenenbildungswerke und den „Kirchlichen Dienst in der Arbeitswelt“ (KDA) weiterentwickelt werden kann.



Eine programmatische Spurensuche nach spiritueller Lebenskunst

Sucht man nach Spuren des „guten Lebens“ im forum erwachsenenbildung, so wird man zunächst Ende der 1990er-Jahre fündig. Den „Ausschuss für theologische Bildung“ der DEAE beschäftigte zu dieser Zeit, was allgemein ein gutes und gelingendes Leben ausmacht und inwieweit dies auch ein Thema religiöser Erwachsenenbildung sei. Es imponierte damals ein Boom von Ratgeberliteratur, die ein konsiliarisches Universum zu Fragen der Lebensführung entfaltete. Zugleich gab es eine Renaissance des Themas „Lebenskunst“ in der Philosophie und in deren Gefolge eine breite Popularisierung des Themas in der Medienlandschaft. Im Rahmen der vom Ausschuss für theologische Bildung veranstalteten Fachtagung „Die Kunst zu leben – schön, sinnvoll und gut“ und in der gleichnamigen von dessen Mitgliedern verfassten Arbeitshilfe wurden Zielbilder und Antworten religiöser Traditionen sowie genuine Aufgabenstellungen der religiösen Bildung zur Sprache gebracht.¹ Als Widerpart „generellen Verwertungsdenkens unserer Zeit“² wandte man sich ab von einer populären Lebenskunst, die lediglich die Bewältigung von Alltagsproblemen bzw. den unmittelbaren Lebensgenuss im Blick hat. Stattdessen diskutierte man eine sich des Lebenssinns vergewissernde und diesen reflektierende vertiefte Befähigung zur Lebenskunst. Die Einkehrtage „Politik und Spiritualität“ im Kloster Bursfelde³, zu deren Mitveranstalterinnen die DEAE (Mitte der 1990er-Jahre bis 2001) gehörte, waren ein anderer Ort, um das Tun des Gerechten und Beten als die zwei Grundbewegungen christlicher und evangelischer Spiritualität mit politischem Impetus zusammenzudenken.

Die Suche nach etwas, was dem Leben Tiefe zu geben verheißt, die Sehnsucht nach Erfahrungen, die über den Alltag hinausweisen und einen größeren und tieferen Zusammenhang eröffnen, codiert sich in dem Wort „Spiritualität“. Schon in den 1970er-Jahren war das Thema unter dem Einfluss der ökumenischen Bewegung in den Fokus theologischer Reflexionen gerückt. Verbreitet war in der Theologie lange ein rationalistisch und voluntaristisch geprägtes Glaubensverständnis und entsprechend wurde dann auch die Priorität des Wortes gegenüber der Erfahrung vertreten. In den Blick kommt aber zunehmend das Eigenrecht der „kontemplativen Dimension“⁴, auch in der Evangelischen Erwachsenenbildung. Und Erwachsenenbildung macht sich die Bildung von „spiritueller Kompetenz“ zum Anliegen. Neben dem gleichlautenden und in mehreren Landeskirchen angebotenen Grundkurs⁵ ist aktuell etwa die Beratungsausbildung „Coaching mit System und Spiritualität“ zu nennen, welche das Evangelische Erwachsenenbildungswerk Nordrhein e. V. in seinem Angebot hat und wo explizit die „Handlungspräganz der Beratenden“ bearbeitet wird.⁶

Petra Herre



Theologin und Sozialwissenschaftlerin
E-Mail: PetraHerre@t-online.de

¹ Die Tagung fand im März 2001 statt, und die Beiträge von Wilhelm Schmid, Matthias Krieg und Gisela Matthiae sind im forum EB 1/2002, S. 4–29 veröffentlicht. Die Arbeitshilfe erschien 2001 in: Entwürfe, 16/2001 und Organisationsmodelle kirchlicher Erwachsenenbildung 41: Die Kunst zu leben – schön, sinnvoll und gut. Eine Arbeitshilfe des Ausschusses für Theologische Bildung der DEAE. Frankfurt.

² Vgl. Lerch, S. (2007): Lebenskunstorientier-

te Erwachsenenbildung. Zur Rückgewinnung des Menschen in Zeiten generellen Verwertungsdenkens. In: forum erwachsenenbildung, 4/2007, S. 14–18.

³ In Verantwortung des damaligen Referenten für Politische Bildung Dr. Tilman Evers. Siehe: Evers, T./Anisch, W. (2000): Einkehrtage „Politik und Spiritualität“. In: forum erwachsenenbildung, 2/2000, S. 59.

⁴ Huber, W. (2002): Im Geist wandeln. Die evangelische Kirche

braucht eine Erneuerung ihrer Frömmigkeitskultur. In: Zeitzeichen, 7, 20.

⁵ Der Grundkurs „Spirituelle Kompetenz“ wurde erstmals 2004 vom Evangelischen Erwachsenenbildungswerk Westfalen und Lippe e. V. angeboten und läuft dort 2014 schon im siebten Durchgang. Mittlerweile gibt es das Angebot auch in anderen Landeskirchen (siehe z. B. den Beitrag von Irene Leicht in dieser Ausgabe S. 8)

„Grundkurs spirituelle Kompetenz“ – Zeitgeistcocktail oder fundierte Erwachsenenbildung? In: forum erwachsenenbildung, 3/2007, S. 39–41.

⁶ S. Heetderks, G. (2011): Coaching mit System und Spiritualität. In: forum erwachsenenbildung, 1/2011, S. 7–9.

Wohlbefinden – Wellness und evangelischer Glaube

Pfarrer PD Dr. Freimut Schirmacher



Kirchliche Hochschule
Wuppertal/Vorsitzen-
der der AGEB Kurhessen-
Waldeck
Tel. 0561 42273
E-Mail: freimut-schirr-
macher@web.de

„Ob Ayurveda-Behandlung, Aromatherapie, Body-Work-outs, Massagen, Diäten oder eine gesunde Ernährung – im Zeitalter des Gesundheitsbewusstseins lassen sich all diese Begriffe unter dem magischen Wort ‚Wellness‘ subsumieren.“¹ So kann man in einem zeitgenössischen Entspannungs-Lexikon mit dem Untertitel „Die Sehnsucht nach innerer Ruhe und Zufriedenheit“ lesen. Warum auch nicht? Schließlich ist das alles keine Erfindung der Gegenwart: Schon die Römer nutzten mit Leidenschaft ihre Thermalanlagen. Das Streben nach harmonischem Körpergefühl, nach „Wohlbefinden“, ist wohl so alt wie die Menschheit selbst. Doch scheint es auch Gegenpositionen zu geben: Der japanische Philosoph Tanizaki Jun'ichiro etwa berichtet vom steinigen Weg, den junge japanische Schauspielschüler einst auf sich nahmen, um zur wahren Meisterschaft zu gelangen.² Von Wellness ist da keine Rede. Stattdessen von bettelarmer, aber meisterlicher Kunst – trotz aller Entbehrung.

Ein anderes Beispiel für diesen Weg scheint Jesus Christus zu sein. Auch er mahnt seine Schülerschaft nicht zu Wellness und Freizeit. Vielmehr sind ernste Worte überliefert an die, die seinen Weg gehen, d. h. seine Lebenshaltung für sich übernehmen wollen: „Will mir jemand nachfolgen, der verleugne sich selbst und nehme sein Kreuz auf sich und folge mir“ (Mt 16,24). Das klingt nicht gerade nach einem Wellness-Parcours. Und zumindest in den ersten Jahrhunderten der Christenheit, angesichts der damaligen Nachstellungen und Verfolgungen, kann davon auch wirklich keine Rede sein. Was aber ist mit evangelischem Glück und Wohlbefinden – trotz allem? Schade, dass scheinbar gar nichts überliefert ist von Bädern oder Kurbehandlungen Jesu. War das zu normal oder einfach unschicklich? Befindet sich der evangelische Glaube von Anfang an in einer Schlagseite gegen jeden Körper- und Schönheitskult? Für eine solche Position lassen sich durchaus Gründe anführen. Auch heute gibt es Argumente, dem Wellness-Betrieb distanziert zu begegnen, denn es scheint dabei nicht nur um Gesundheitsbewusstsein und Lebensqualität zu gehen.³ Zum wahren Glück – so scheint es – gehört heute eine Art „Wellness-Arbeit“ am Körper, eine „Domestizierung“ des Kör-

pers – selbst gewählt, selbst befreit, selbst beglückt, aber letztlich doch zutiefst fremdbestimmt. Wellness wird so gesehen zur Selbsttäuschung, zu einer „angeblichen Freiheit“, ja zur „Diktatur der Präferenzen, Leidenschaften und Emotionen“. Wer das Glück so „erschinden“ will, droht es wohl gnadenlos zu verfehlen. Zumindest ist Glück und Wohlbefinden hier stets bezogen auf harte, sisyphosartige Anstrengungen: Nie ist man ganz fertig, nie kann man ganz zufrieden sein. Wohlbefinden, Wellness, Glück – also Irrlichter und Nebelkerzen, die nur in Verirrung führen können? – Sicher nicht, und auch im evangelischen Glauben spielt Wohlbefinden sehr wohl eine wichtige Rolle. Denken wir etwa nur an die Seligpreisungen (Mt 5,1 ff.). Hier wird Glückseligkeit allerdings gerade nicht über Körpervollzüge und Körperästhetik gewährleistet: „glücklich sind die Armen, Hungernden, nach Gerechtigkeit Dürstenden“, heißt es da. Von Wellness ist dabei keine Rede, vielmehr von gebrochener Körperlichkeit, von sehnsuchtsvoller Entbehrung, von Erniedrigung – und einem Glück, das dem allen trotzen kann!

Gemeint ist offenbar ein intensives Wohlbefinden, das sich durch alle körperlichen Negierungen und Entbehrungsformen hindurch erfüllt und so den geschundenen Körper zu sich hin befreit. Dieses Glück ist nicht körperlos und auch nicht körperlich erzeugbar, aber körperlich wirksam.

Es ist geschenktes Glück angesichts und aufgrund von Unglück und Verfehlung. Glück ist dann aber eine unverzichtbare Erfahrungskategorie und „kein beschissenes, erfundenes Wort“.⁴ Glück in diesem evangelischen Sinne ist eine Erfahrung, die sich trotz körperlicher Begrenzungen verwirklichen kann. Und „Wellness“ ist dann vielleicht am ehesten im *sportlichen Bild des Paulus* zu verstehen: Paulus spricht von der Jagd nach dem Siegespreis, also von einer quasi sportlichen Lebenshaltung, die sein Wirken prägt – auch wenn es von Entbehrungen, Unvollständigkeiten oder Krankheit bestimmt ist (Phil 3,14). Letztlich geht es im evangelischen Glauben offenbar um ein „tieferes“ Verständnis von Wohl- oder Heil-Sein. Körperliches Wohlbefinden ist dann nicht negativ zu beurteilen, nur lässt sich Wohlbefinden nicht auf die Zwänge körperlicher Vollzüge einengen. Ein solches „tieferes Heil“ ist vielmehr eine Vo-

¹ „Wellness – Zeichen einer neuen Ära“, in: Scherer, Marianne (1999): *Entspannung: Die Sehnsucht nach innerer Ruhe und Zufriedenheit*, Mannheim u. a., S. 180. Von A wie Alexander-Technik bis Z wie Zen wird in diesem Produkt des Bibliographischen Instituts eingeführt in Entspannung „als Lebenselixier“.

² „Meisterschaft“, so erläutert er, „das ist eben diese Patina, die sich bei langjährigem, unermüdlichem Polieren ergibt.“ (Jun'ichiro, Tanizaki (2010): *Lob der Meisterschaft*. Aus dem Japanischen übersetzt und kommentiert von Eduard Klopfenstein. Mit neun historischen Fotografien und einer Original-Kalligrafie von Suishu T. Klopfenstein-Arii, Zürich, S. 33.)

³ Die Philosophin Michela Marzano sieht hier eher einen Zug zu „Beherrschung“ und „Kontrolle“ der Körper: „Einen vollkommen beherrschten Körper zur Schau zu stellen wird zum Ausweis der Fähigkeit des Individuums, Kontrolle über sein Leben auszuüben. Daher müssen Männer wie Frauen [...]“

raussetzung für einen *befreiten Körperbezug und eine selige Selbstannahme* – selbst wenn der Körper scheinbar Unvollkommenheiten aufweist.



Mir geht es hier um ein Glück, das sich nicht in Wellness auflösen lässt – obwohl sich daraus die Freude am eigenen Körper erschließt. Der Körper ist sich so gesehen „Selbstzweck“.⁵ Auch in der kranken, in der gebrochenen und unvollständigen Erfahrung, die wir mit unserem Körper machen, hält sich dann dieses tiefe Glück durch. Vielleicht lässt sich sogar behaupten: Je gebrochener, je zerfallener wir unseren Körper wahrnehmen, desto klarer und unverbrüchlicher ist das Glück der göttlichen Nähe identifizierbar und auch unterscheidbar von anderem Glücksempfinden. Ist das nun eine körperteufliche Haltung? – Ich denke nein, denn in diesem Glück ist die Freude, die Freiheit des eigenen Körpergefühls inbegriffen. So geht es letztlich um eine Art „Spürbewusstsein“⁶, um einen Zugang zum eigenen Körper mit Bewusstsein für diese spirituelle Dimension.⁷

Vielleicht also verbirgt sich in dem heutigen Wellness-Trend auch ein Versuch, diesen Spürsinn neu zu entdecken und zu aktivieren. Angesichts aller Fremdbestimmung und Uniformierungszwänge wäre dies auch sehr sinnvoll. Aus jenem spirituellen Wohlbefinden erschließen sich letztlich auch Achtsamkeit und wertschätzender Umgang. Aus Gebet und Gottesdienst, in Phasen der achtsamen Betrachtung und Meditation sowie durch die Intensivierung von Körpererfahrungen, die darin liegen, führt der Weg von intensiver Selbsterfahrung zur Wahrnehmung anderer Menschen. So gesehen könnten auch

Wellness-Aktivitäten sehr wohl für einen achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper sensibilisieren – und auch mit anderen Menschen. Schließlich ist der Körper wie eine Art „Haus“ spiritueller Erfahrungen. Der als sportlich unermüdlich vorgestellte Paulus spricht in diesem Sinne gar vom Körper als „Tempel“ (vgl. 1 Kor 6,19), vom Körper als dem Ermöglichungsort für tiefere Erfahrungen des (Gottes-) Glücks. Keine Frage: Dieser Ermöglichungsort sollte nicht verwahrlosen, sondern intakt gehalten und gepflegt werden. Das weiß nicht nur Sportsfreund Paulus, sondern dies ist die Grundlage von Spiritualität und Mystik zu allen Zeiten.

Was bei uns an „Wellness-Techniken“ und alternativer Medizin ankommt, hat nicht selten seine Wurzeln in einer Grundhaltung, die den Körper für spirituelle Erfahrungen öffnen will.

Möglicherweise lässt sich mit manchen der Körperpraktiken nicht nur irgendein technisch entfremdetes Wellness-Glück erstrampeln, sondern neu die spirituelle Aufgabe wahrnehmen, *sich zur Transzendenz hin zu öffnen*. Hier aber wird der gegenwärtige Christenmensch eher alleine gelassen.

Wann und wie welche dieser unzähligen Wellness-Praktiken nämlich in diesem Sinne *für evangelische Glaubenserfahrungen* anwendbar sind, wird nach meiner Kenntnis gegenwärtig leider nicht genauer reflektiert und erforscht – schade! Und dies gilt wohl auch für den katholischen Bereich; selbst in „Wellness-Klöstern“, wie etwa dem Kloster Arenberg bei Koblenz, musste ich die ganze Wellness-Abteilung eher unverbunden mit der spirituellen Arbeit erleben. Hier gilt es Verbindungslinien anzulegen und zu präzisieren. Im Zeitalter des „Gesundheitsbewusstseins“ ist dies eine der wichtigsten Herausforderungen von Praktischer Theologie, Gesundheitspädagogik und Erwachsenenbildung.

ihr Erscheinungsbild durch Diäten, Sport und Schönheitschirurgie ‚bearbeiten‘. [...] So ist der ‚gestylte‘ Körper nicht nur Schönheitssymbol, sondern auch die Quintessenz des sozialen Erfolgs, des Glücks und der Perfektion.“ (Marzano, Michela (2013): Philosophie des Körpers. Aus dem Franz. von Elisabeth Liebl, München, S. 24 f.)

⁴ So der „Scheiß-Bruder“ Martin in dem eindrucksvollen Theaterstück „Lucky Happiness Golden Express“ von Noah Haidle (Uraufführung am Staatstheater Kassel 2013).

⁵ Vgl. Bonhoeffer, Dietrich (1992): Ethik. DBW 6.180 f.

⁶ Vgl. Esther Bollag im Interviewbeitrag Bollag, Esther/Lutz, Gottfried (2007): Körpertheologie. In: Grenzen in einem weiten Raum. Theologie und Behinderung. Eine Publikation des „Konvents von behinderten SeelsorgerInnen und BehindertenseelsorgerInnen e. V.“, Hrsg. Lutz, Gottfried/Zippert, Veronika, Leipzig, S. 74–83, 80.

⁷ „Wer seinen Körper mit Spürbewusstsein neu entdeckt, dem wird die kleinste alltägliche Handlung neu“, so die Theologin Esther Bollag. Und sie hält es dabei für möglich, dass auch Schmerzen „die faszinierende Komplexität von Körper, Geist und Seele, d. h. unsere Ganzheitlichkeit erfahren lassen“. (ebd., S. 82)

Bildung Europa

Evangelische Erwachsenenbildung in Spanien: Lernen in den Grenz-Räumen emergierender religiöser Minderheiten

Rainer Sörgel



Dozent für systematische Theologie an der Fakultät SEUT, Madrid. Leiter der Evangelischen Erwachsenenbildung der Iglesia Evangélica Española (IEE) C/Alfonso XII, 9 E - 28280 El Escorial (Madrid)
E-Mail: rainer.soergel@facultadseut.org

I. Lernorte in der Peripherie entwickeln

Selbst wenn die konkreten Lerninhalte längst vergessen sind, so erinnert man sich für gewöhnlich noch Jahre später an das Erleben des Lernortes. Die Orte und Räume an und in denen wir lernen sind so etwas wie die Brutkästen unserer Seele und die Uteri unserer kognitiven Fähigkeiten. Lernorte werden jedoch nicht nur durch die Gebäude, Städte und Institutionen gebildet, sondern durch die Anwesenheit der Lernenden und Lehrenden. Und geht es um religiöse Identität und Kompetenz, so gilt dies durch die verstärkte emotionale Verankerung und existentielle Bedeutung religiöser Lerninhalte besonders. Schlechte Erinnerungen an Lernorte können wiederum nicht nur in die Sparte biografischer Anekdoten eingeordnet werden, sondern sind auch als Anfrage an die Religionspädagogik zu verstehen. Insgesamt hat die Frage nach Lernorten an Aktualität und Brisanz gewonnen. Die jüngsten Enthüllungen über traumatische Lern- und Lebenserfahrungen in kirchlichen Schulen haben die Kirchenkritik neu aufleben lassen und religiöse Lernorte wieder kritisch ins Blickfeld der Öffentlichkeit gerückt. Und auch gesellschaftliche Megatrends wie Globalisierung, Säkularisierung, Pluralisierung usw. verlangen der religiösen Bildung eine ständige Weiterentwicklung ab.

Dies gilt auch und gerade für die Lernorte der Evangelischen Erwachsenenbildung in Spanien. Seit mehreren Jahren veranstalten wir im Rahmen



des Fachbereichs für religiöse Erziehung/Katechetik der *Facultad SEUT* (Madrid), der gleichzeitig als Evangelische Erwachsenenbildung der *Iglesia Evangélica Española* fungiert, unsere sogenannten *Talleres Breves* (TTBB – Kurzseminare) in Madrid, Barcelona, Valencia und Alicante. Zudem betreuen wir Studiengruppen, die sich mit unseren Kursmaterialien im Kontext ihrer eigenen Gemeinden fortbilden. Die Teilnehmer kommen aus den unterschiedlichen Gruppierungen des spanischen Protestantismus.

Die Zahl der (spanischen) protestantischen Christen und Gemeinden auf der Iberischen Halbinsel und den dazugehörigen Inselgruppen hat sich in den letzten Jahrzehnten stark entwickelt. Derzeit zählt man ca. 1.200.000 Protestanten in Spanien. Davon sind ungefähr 400.000 fest in den ca. 2.000 protestantischen Gemeinden integriert. Dazu kommen 800.000 Sympathisanten, Familienangehörige und Zuwanderer, vor allem aus Südamerika. (Quelle: Federación de Entidades Religiosas Evangélicas de España (FEREDE), www.redevangelica.es) Die konfessionelle Aufteilung lokaler Gemeinden sieht wie folgt aus: Evangelische und Reformierte: 71; Anglikanische Kirche: 22; Baptisten (Bund und freie Gemeinden): 208; Brüdergemeinden: 130; Pfingstgemeinden: 818; Charismatische Gemeinden: 106; Adventisten: 85; Heilsarmee: 14; Mennoniten: 4. (Vgl. *Vademécum Evangélico*. Fundación Federico Fliedner, Madrid 2012, S. 158–175.)

Damit ergibt sich ein höchst plurales protestantisches Umfeld, das nicht selten theologisch konservativ geprägt ist. Noch innerhalb des spanischen Protestantismus stellt die lutherisch-reformierte Tradition eine verschwindend kleine Minderheit dar. Der ethnische, soziale und kulturelle Hintergrund unserer Teilnehmer entspricht also durchaus der Vielfalt der Millionen- und Immigrationsstadt Madrid. Vor diesem Hintergrund hat sich unsere Kursarbeit in den letzten Jahren etabliert. Zwei Drittel der Besucher unserer monatlichen *Talleres Breves* in Madrid sind „Wiederholungstäter“, die im Laufe der letzten Jahre eine Art „ambulante Lerngemeinde“ gebildet haben.

Dass die protestantischen Gemeinden im katholischen Spanien eine Minderheit darstellen, konditioniert den Lernprozess und verwandelt die Lernor-

te der *TTBB* in Grenträume, die wiederum nicht in das herkömmliche „Diaspora-Schema“ einzuordnen sind¹.

Da wir in unseren Kursen bewusst auf jede dogmatische Engführung und moralische Voreingenommenheit verzichten und auch ekklesiologische Anlehnungen nur bedingt möglich sind, erleben wir, dass besonders jene Personen angezogen werden, die in ihren eigenen Gemeinden einen solchen *freien* Raum der Fortbildung vermissen.

Unsere *Lerngemeinschaft* stellt einen Grenzraum im doppelten Sinne dar, was ihr eine besondere Identität verleiht. Es mag dieser marginale Charakter unserer Veranstaltungen sein, der immer wieder auch vereinzelt Katholiken und andere religiöse Pilger unserer modernen Gesellschaft anzieht.

Die von der französischen Religionssoziologin D. Hervieu-Léger entworfene Figur des religiösen Pilgers trifft durchaus auf jene Teilnehmer unserer Seminare zu, die unverbindlich und spontan einen Raum des Nachdenkens und der persönlichen Orientierung in Sachen Religion und Spiritualität suchen. Mit zunehmendem Kirchenaustritt und Marginalisierung religiöser Lernorte könnte die Figur des Pilgers auch in Deutschland an Relevanz und Gültigkeit gewinnen. (S. dazu: Hervieu-Léger, D. (2004): *Pilger und Konvertiten. Religion in Bewegung*. Würzburg.)

Durch unsere Lern- und Lehrerfahrung, die sich im Grenz-Raum einer emergierenden religiösen Minderheit bewegen, ohne dass wir ein solches Umfeld bewusst aufgesucht haben, wird die Frage nach der Wahrnehmung und Gestaltung von Lernorten zu einer zentralen religionspädagogischen Anfrage an unsere Evangelische Erwachsenenbildung.

In der deutschen Bildungsforschung werden Lernorte vorwiegend als didaktische Qualität des physischen und geografischen Umfeldes verstanden.² Die Anwesenheit der Lernenden und deren Einfluss auf den Lernraum wird dagegen kaum thematisiert. Aufgrund unserer Erfahrungen im Grenzraum der beschriebenen religiösen Minderheiten möchten wir dazu anregen, diese Trennung zwischen der didaktischen Funktion des geografischen und phy-

sischen Lernortes und dem sozio-religiösen Umfeld, das mit den Lernenden präsent wird, zu überdenken. In unseren Kurzseminaren erleben wir, dass die pädagogische Qualität und die didaktischen Möglichkeiten des Lernortes nicht auf das rein Äußerliche reduzierbar sind, sondern in erheblichem Maße von dem, was in und mit den Lernenden anwesend wird, mitgestaltet werden.



Was den Raum des Lernens ausmacht und ihn für den Lernprozess von Bedeutung sein lässt, hängt entscheidend auch davon ab, ob die Teilnehmer das Recht erhalten, diesen als ihren eigenen Lernraum zu erfahren und mitgestalten zu dürfen.

Unsere Seminararbeit in der spanischen Evangelischen Erwachsenenbildung der letzten Jahre hat uns diese Arbeitshypothese nahegelegt, die sich für das Lernen in den Grenz-Räumen der emergierenden religiösen Minderheiten zu bewähren scheint.

II. Toleranz üben und mit Haltungen experimentieren

Als wir vor einigen Jahren die Arbeit unserer Kurzseminare und Studiengruppen aufnahmen, haben wir uns von einigen wesentlichen Grunderkenntnissen leiten lassen: Der oben beschriebene kulturelle, soziologische und religiöse Hintergrund unserer Teilnehmer ließ uns feststellen, dass keine der protestantischen Traditionen, die hier in Spanien alle als Minderheiten existieren, vorherrscht und den Lernraum unserer Seminare auf Kosten der Pluralität vereinnahmen darf. Die eigene evangelische, lutherisch-reformierte Identität sollte – ohne selbst übermäßig bestimmend zu werden – eine theologische Offenheit und ökumenische Ausrichtung gewährleisten. Damit unterscheiden wir uns durchaus von anderen protestantischen Gruppierungen. Betraut mit der Aufgabe, Evangelische Erwachsenenbildung anzubieten, betraten wir als Lehrer der theologischen Fakultät Neuland. Erste religionspädagogische Erfahrungen und Orientierungsversuche ließen es uns für gut erachten, die sogenann-

¹ S. hierzu: Eptin, K.-Chr. (2010): *Evangelische Diaspora. Ökumenische und internationale Horizonte*. Evangelische Verlagsanstalt, Leipzig, S. 45–58. Grundsätzlich geht es hierbei um die Erkenntnis, dass im Zuge der Veränderung Europas und der Neukonstellation der Kirchen auch ein neues Verständnis von Diaspora nötig ist, das von einem gegenseitigen Geben und Nehmen geprägt ist.

² Vgl. etwa: Nolda, S. (2008): *Einführung in die Theorie der Erwachsenenbildung*. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, S. 109–113; Siebert, H. (2005): *Pädagogischer Konstruktivismus. Lernzentrierte Pädagogik in Schule und Erwachsenenbildung*. Beltz Verlag, Weinheim und Basel, S. 71 ff.; Heimbrock, H.-G. (2001): *Beyond Globalism and Relativism. Religious Education, Plurality and Life-world Orientation*. In: Heimbrock, H.-G./Scheikle, Chr. Th./Schreiner, P. (eds.): *Towards Religious Competence. Diversity as a Challenge for Education in Europe*. LIT Verlag, Münster, Hamburg, Berlin, London, S. 90.



³ Heimbrock hat dies in dem Begriff *Life-world* zum Ausdruck gebracht und dessen Bedeutung für die Sinnstiftung des religiösen Lernprozesses mit den Worten „my own unexchangeably concrete world of everyday life“ herausgestellt. (Heimbrock, H.-G. (2001): *Beyond Globalism and Relativism. Religious Education, Plurality and Life-world Orientation*. In: Heimbrock, H.-G./Scheikle, Chr. Th./Schreiner, P. (eds.): *Towards Religious Competence. Diversity as a Challenge for Education in Europe*. LIT Verlag, Münster, Hamburg, Berlin, London, S. 91ff.)

⁴ Das Anwachsen der Teilnehmerzahl, die sich im letzten Jahr um die 35 bis 40 Personen pro Seminar in Madrid eingependelt hat, ist für uns ein Beleg dafür, dass unsere anfänglichen religionspädagogischen Intuitionen in die richtige Richtung deuten.

⁵ Vgl. Biehl, P. (1998): *Heimat in theologischer und religionspädagogischer Perspektive*. In: *Jahrbuch der Religionspädagogik*. Heft 14, Neukirchen-Vlyun, S. 58.

⁶ Ebd., S. 36 ff.

⁷ E. Biser bringt diese Aussage mit der Unerträglichkeit leerer Räume für den Menschen in Verbindung, mit einer Unerträglichkeit,

te *anthropozentrische Wende*, die sich seit letztem Jahrhundert in der Theologie etabliert hat, nun auf unsere pädagogische Arbeit anzuwenden. Dies drückte sich für uns so aus, dass wir die *Partizipation* der Teilnehmer unter allen Umständen zu fördern suchten und deren *eigene Kompetenz in Sachen religiöses Lernen* wiederholt würdigten. In diesem Zusammenhang verstanden wir, und verstehen wir noch heute, unsere Teilnehmer und deren Hintergrund als das eigentliche Kapital des Lernprozesses, der stets neu auf die Lebenswirklichkeit der Lernenden ausgerichtet werden muss. Unsere Seminaristen dürfen die Lerninhalte nicht nur auf der Negativfolie ihres eigenen Hintergrundes reflektieren und verarbeiten, sondern ihre partikulären Prägungen kreativ mit in den immer neu entstehenden Lernraum einbringen und diesen so mitgestalten. Es ist uns wichtig, dass die Seminarteilnehmer eine Art *Heimat-Gefühl* entwickeln, ohne in Konkurrenz mit den Ortsgemeinden treten zu wollen. Der Lernort soll wesentlich durch die Teilnehmer, durch ihre jeweiligen Weltbilder, Denkmuster, religiöse Vorstellungen, Fragen usw. geprägt sein.³ Themenwahl, vorbereitende Zusammenarbeit mit den Rednern, die eigene Lehrtätigkeit und didaktische Gestaltung unserer Seminare zielen darauf ab, diesem Leitbild der ersten Stunde treu zu bleiben.⁴

Jeder Lernraum ist auch eine Art Labor, in dem experimentiert wird und in dem sich stets verändernde Verhältnisse kreative und flexible Anwendungen und Lösungen erfordern. So ist unsere Evangelische Erwachsenenbildung in Spanien ein Experiment, das uns Fragen aufgibt, Grenzen bewusst macht und Risiken birgt. Eine Frage, die uns immer neu bewegt, ist, bis zu welchem Grad die Lernenden den Lernort prägen oder gar vereinnahmen dürfen. Zwar sollen gewisse Tendenzen, denen religiöse Minderheiten vermehrt ausgesetzt sind (fundamentalistische Denkweisen, einseitige Bibelinterpretationen

und manipulative Beiträge in den Arbeitsgruppen usw.) artikuliert werden, doch dürfen diese Tendenzen nicht bestimmend werden. Die Garantie der Freiheit und Offenheit des Lernortes wird hier zur

Grenze, die die Energien der Teilnehmer reguliert. Im Einüben eines respekt- und achtungsvollen Umgangs innerhalb einer begrenzten Pluralität werden die religiösen Minderheiten befähigt, auch größere, tragfähigere Brücken zur multikulturellen Gesellschaft, von der sie umgeben sind, zu bauen. Religiöse Extreme werden nicht nur durch einseitige Bibelauslegung und nicht reflektierte theologische und ekklesiologische Haltungen verursacht, sondern auch durch unbewusste Ausschlussmechanismen der etablierten religiösen Mehrheiten. Und dennoch, die Lernenden religiöser Minderheiten sollen nicht allein das Gefühl haben, wirklich ernst genommen zu werden und die Seminare mitgestalten zu dürfen, sie benötigen auch einen Lernimpuls, ein Korrektiv und konkreten Inhalt, mit dem sie sich kritisch auseinandersetzen können und auch reiben dürfen.

In der Praxis erleben wir unsere Methode als spannungsvolles Gleichgewicht zwischen der freien Mitgestaltung des Lernortes durch die Lernenden und der Inhalt, Struktur und Orientierung gebenden Funktion der Lehrenden. Ein klares Maß kann oft nicht im Vorhinein festgelegt werden, es muss vielmehr in jeder Seminarveranstaltung neu gefunden werden.

III. Wechselwirkung gewollt

Wenn Lernenden die Möglichkeit eingeräumt wird, mit ihrer besonderen Eigenart den Lernort mitzugestalten, und wenn die Lehrenden dem gegenüber nicht neutral bleiben, sondern die nötige Sensibilität aufbringen, dies kreativ in die didaktische Vorbereitung und spontane Dynamik des Seminars einfließen zu lassen, dann entsteht eine Art Übertragungssituation zwischen Lehrenden und Lernenden. Es gilt dann das, was als „empathic understanding“ bekannt ist, in der konkreten „Life-world“ einer Evangelischen Erwachsenenbildung für religiöse Minderheiten umzusetzen. Dies scheint besonders schwierig bei religiö-

sen Minderheiten, die ihre eigene religiöse Identität über Jahre und Jahrzehnte im reduzierten Kontext der Lokalgemeinde, oft aufgrund einseitiger theologischer Positionen und weitab von der theologischen Breite und dem Konsens der großen christlichen Traditionen, ausgeformt haben. Um hier Bewegung in erworbene Denkmuster zu bringen, ist ein Lernort des Vertrauens und Verstehens zu entwickeln. Nur wenn die Lernenden Vertrauen zum Lernort aufbauen, indem sie ihn aktiv mitgestalten, werden sie bereit sein, sich auf einen nachhaltigen Weiterbildungsprozess einzulassen. Die Wechselwirkung zwischen Lernenden, die den Lernort prägen dürfen, und Lehrenden, die sensibel darauf eingehen, wird hier eine unbedingte Voraussetzung.

Konkret geht es darum, Vertrauen in die persönliche Kompetenz zum eigenen Lernprozess zu stiften und anstatt dogmatischer Diktate das selbstständige Denken zu fördern. Die Engführung, die aus dem marginalen und oft gettohaften Dasein der protestantischen Splittergruppen herrührt, soll bewusst mit dem Reichtum der christlichen Tradition und Kirchengeschichte in Berührung gebracht werden. Nicht selten geschieht es, dass extreme Positionen sich dadurch wie von selbst korrigieren. Es müssen Gesprächsfreiräume angeboten werden, die dazu einladen, eigene Gedanken auszudrücken, ohne Instanzen der Zensur fürchten zu müssen. Fehler sind erlaubt und ausdrücklich Teil des Lernprozesses. Nicht selten erfahren und lesen wir dann in den Bewertungsbogen unserer Teilnehmenden, dass der „Spaßfaktor“ bei diesem auf Partizipation ausgerichteten Lernen enorm hoch ist und so auch der Wunsch nach einer Fortsetzung geweckt wird.

IV. Empathie als Weg zur Epiphanie

Religionspädagogik stellt immer auch die Frage nach der Anwesenheit Gottes im Lernraum und nach der Bedeutung dieser Anwesenheit für den Lernprozess. Gerade diesbezüglich muss erneut auf die Besonderheit des Lernens religiöser Minderheiten im Umfeld ihrer Grenzzräume aufmerksam gemacht werden. Für spanische protestantische Splittergruppen, die lediglich eine kleine Minderheit in der von kultureller Pluralität geprägten Millionenmetropole Madrid darstellen, ist es nur bedingt möglich, den oft erwähnten didaktisch-pädagogischen Vorzug des Lernortes im Sinne einer „Region“ zu erfahren.⁵ Wegen den Migrationshintergründen, der Vielfalt

an identitätsstiftenden Sinnbildern und innig verwachsener kultureller und religiöser Bezüge sind inhaltliche Verknüpfungen zum örtlichen Umfeld nur begrenzt herstellbar. Dennoch, oder gerade deshalb, bleibt die Frage nach dem „signifikanten Ort“ religiösen Lernens relevant.⁶ Gerade angesichts der Bedrohung durch den „leeren Raum“, der die Anwesenheit Gottes und die sinnstiftende sowie identitätsgebende Qualität religiösen Lernens infrage stellt, ist die Bedeutung des Raumes in der Evangelischen Erwachsenenbildung durchaus in die persönlichen Heilsgeschichten der Teilnehmenden einzuordnen.

Neben all den bekannten Ausrufen und Fragen von Nietzsches „tollem Menschen“, der den Tod Gottes verkündet, steht auch diese: „Haucht uns nicht der leere Raum an?“ (Nietzsche, F. (1999): Die fröhliche Wissenschaft. 125. Kritische Studienausgabe (Hrsg. G. Colli, G./Montinari, M.), Deutscher Taschenbuchverlag, München, S. 481.)⁷

Religiöses Lernen kann nur dann stattfinden, wenn der Lernort für die Anwesenden die bedrohliche Leere überwindet, wenn er zum Resonanzraum einer Anwesenheit, d. h. mit Bedeutung gefüllt wird.

Der Lernort wird im heilsgeschichtlichen Sinne zur „Heimat“ und zum „Zwischenaufenthalt“⁸, er schreibt sich positiv ein in persönliche Erfahrungen mit Gott, „der Menschen in seine Geschichte verwickelt“⁹.

Die schon erwähnte *anthropozentrische Wende* in der Offenbarungstheologie des vergangenen Jahrhunderts hat auch die Voraussetzungen für das Verständnis religiösen Lernens verändert.¹⁰ Die Wahrheit Gottes fällt nicht wie ein Blitz von oben auf den Menschen herab¹¹, sondern erschließt sich aus zwischenmenschlichen Beziehungen, indem göttliche Offenbarung und menschliche Bildungserfahrung aufeinander bezogen werden¹². Unsere Erfahrungen in der Evangelischen Erwachsenenbildung in Spanien zeigen uns, dass wenn religiöse Minderheiten in die aktive und kreative Mitgestaltung des Lernraumes einbezogen werden, sie nicht nur besonders gut lernen und Spaß am Lernen haben, sondern der Lernort darüber hinaus eine vertikale Transparenz erhält und Gottes Gnade als Veränderung am Menschen sichtbar wird.

an der auch der militante Atheismus scheiterte. (Biser, E. (1962): „Gott ist tot“ – Nietzsches Destruktion des christlichen Bewusstseins. Kösel Verlag, München, S. 33.)

⁸ Biehl, P. (1998): Heimat in theologischer und religionspädagogischer Perspektive. In: Jahrbuch der Religionspädagogik. Heft 14, Neukirchen-Vlyun, S. 36.

⁹ Schneider-Flume, G. (2004): Grundkurs Dogmatik. Nachdenken über Gottes Geschichte. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, S. 119.

¹⁰ Vgl. Bolle, R./Knauth, T./Weisse, W. (Hrsg.) (2002): Hauptströmungen evangelischer Religionspädagogik im 20. Jahrhundert. Ein Quellen- und Arbeitsbuch. Waxmann Verlag, New York, München, Berlin.

¹¹ Barth, K.: KD I, 1, 348. „Offenbarung geschieht senkrecht vom Himmel ...“

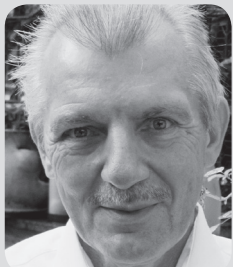
¹² Schwöbel, Chr. (2002): Gott in Beziehung. Studien zur Dogmatik. Tübingen, S. 56–131. Unter der Überschrift „Offenbarung und Erfahrung – Glaube und Lebenserfahrung“ zeigt Schwöbel auf, dass der Begriff der Lebenserfahrung nicht mehr im Gegensatz zur göttlichen Offenbarung gesehen werden muss, sondern im Glauben einen „Konvergenzpunkt“ (S. 112) findet, der eine Berücksichtigung beider Momente in dem einen Offenbarungsgeschehen ermöglicht.

Standpunkt

Wohn-Befinden –

Ein zentrales Thema für die Evangelische Erwachsenenbildung

Gerrit Heetderks



Evangelisches
Erwachsenenbildungs-
werk Nordrhein e. V.
Tel. 0211 3610221
E-Mail: info@eeb-
nordrhein.de

„Was hat das mit kirchlicher Erwachsenenbildung zu tun?“, fragte mich ein Pfarrer bei einem Pfarrkonvent eines Kirchenkreises. „Was hat das mit Bildung zu tun? Ist das nicht eine Sozialpädagogisierung der Bildung?“, fragte mich eine Professorin. Zwei ähnliche Reaktionen begegneten mir, als ich in unterschiedlichen Zusammenhängen davon berichtete, dass Mitarbeitende unseres Erwachsenenbildungswerkes ältere Menschen begleiteten, die sich vorgenommen hatten, ein gemeinsames Wohnprojekt für sich und andere zu entwickeln.

Die erste Frage beinhaltet, dass Erwachsenenbildung in der Kirche wohl offensichtlich nichts zu tun hat mit Fragen von Gemeinschaft, Heimat, Verantwortung füreinander, Gemeinwesen, also mit dem alltäglichen Leben. Die zweite Frage beinhaltet für mich die Aussage, dass Bildung, die einen solchen lebenspraktischen Bezug hat, Gefahr läuft, zur Sozialpädagogik zu „verkommen“ und man sich davor hüten muss.

Allerdings verstehe ich Erwachsenenbildung stets als Emanzipationsprozess, als einen Prozess der Lösung aus Abhängigkeit und Unmündigkeit. Es geht immer um das Begreifen, um das Abtasten, Abwägen, Erkennen von Formen und Gesetzmäßigkeiten. Von Paulo Freire lernte ich, dass es bei Bildungsprozessen nicht um das Anhäufen von Wissen geht, sondern um Befreiung, also darum, die Lebenswelt zu verstehen, mich dadurch freier als zuvor entscheiden zu können, wie ich leben kann und möchte. Bildung und das Leben gehören also zusammen.

Das Zusammenleben von Menschen in städtischen Quartieren, in Dörfern und Gemeinden ist für die nächsten Jahre und Jahrzehnte eine der größten gesellschaftlichen Herausforderungen. Uns allen ist bekannt, dass weder unser Sozialsystem noch unser Gesundheitssystem zukunftsfähig funktionieren. Aber sollen wir weitere vier Jahre reaktionslos bleiben oder zur Unterbrechung aufrufen, zum Nachdenken einladen und damit zur politischen Meinungsbildung beitragen? Wer thematisiert die voranschreitende Verarmung von Menschen? Wer

organisiert die Lernprozesse, die notwendig sind? Wer entwickelt Alternativen zur Katastrophe?

Mich berührt es, wenn mir in einer „Wohnschule“, die wir mit der Melanchthon-Akademie in Köln eingerichtet haben, eine Teilnehmerin sagt: „Ich werde auf Dauer meine Wohnung hier in der Innenstadt aufgeben müssen, weil ich sie nicht mehr bezahlen kann. Ich werde in eine ganz neue Umgebung ziehen müssen, wo ich niemanden kenne, oder ich muss mich nach anderen Wohnformen umsehen, die es mir ermöglichen, hier in der Innenstadt bleiben zu können. Bisher bin ich immer selbstständig gewesen. Ich habe in den letzten zehn Jahren allein gelebt. Ich weiß nicht, ob ich es schaffe, mit anderen zusammenzuleben und ob es überhaupt das Richtige für mich ist.“ Im Rahmen einer „Lerngruppe“ über solche Fragen nachzudenken, neu zuhören zu lernen und angenehme wie unangenehme Rückmeldungen zu persönlichen Überzeugungen und Wirkungen zu bekommen – das sind für mich auch Bildungs- und Lernprozesse. „Alltagsbezogene Bildungsangebote sollten deshalb den Prinzipien der Selbsthilfe und der Selbstorganisation von Interessen folgen, um die Abhängigkeit von Fremdhilfen im Alter auf ein Minimum zu beschränken.“¹

Ohne andere Bildungsangebote kleinzureden, bin ich der Meinung, dass es für die evangelische Kirche und ihre Erwachsenenbildung längst überfällig ist, sich in die Diskussion über neue Formen des Zusammenlebens in den Quartieren und Kirchengemeinden einzumischen und dort an den entscheidenden Stellen zu moderieren, zu organisieren und genau darin einen wichtigen Teil ihrer Bildungsarbeit zu entdecken. Ich glaube nicht, dass unser Ansatz einer sozialpädagogischen oder andersartigen Profanisierung von Erwachsenenbildung zuspielt, denn nur von Ängsten befreite Menschen stellen sich auch wieder gern über den Alltag hinausgehende Fragen.

¹ Kade, Sylvia (1994): Altersbildung. Ziele und Konzepte. Deutsches Institut für Erwachsenenbildung, S. 91.

Distance Learning

Keine Angst vor Prüfungsängsten!

Die Beteiligung des Körpers am Lernprozess am Beispiel von Prüfungsängsten und Lernblockaden

Wohl kaum eine Tätigkeit scheint dem Geist so nahe wie das Lernen – außer natürlich dem Denken selbst. Dem Lernen, als rein geistiger Tätigkeit, musste der Körper lange Zeit als lästiges fleischliches Beiwerk erscheinen, das den leichten Lernfluss behindert und dadurch schwerfällig macht. Kein Wunder also, dass Lernsituationen allerhand körperliche Symptome hervorrufen können: Wem ist nicht schon als Schüler das Herz in die Hose gerutscht, wenn er an die Tafel gerufen wurde? Schweißausbrüche und Magenverstimmungen vor Prüfungssituationen dürfte wohl auch jeder kennen. Aber vielleicht auch erleichterndes Aufatmen, wenn's mal gut gegangen ist, Kribbeln und freudige Erregung, wenn man nach einer guten Leistung Lob erwarten darf. Wenn es um die Beteiligung des Körpers am Lernprozess geht, sind viele Pädagogen hilflos. Ein Bereich, der ohne die Berücksichtigung körperlicher Aspekte jedoch nicht auskommt, ist z. B. der Umgang mit Lern- und Prüfungsängsten.

Ein Fallbeispiel

Leon P. ist eigentlich ein Vorbild. Der 22-Jährige hat als Einziger von vier Geschwistern Abitur gemacht und ein Studium aufgenommen. Er ist intelligent, höflich, sehr gepflegt, belesen, gebildet, interessiert, charmant, fleißig. Doch seine Unikarriere droht zu scheitern – denn Leon entwickelt im zweiten Semester massive Prüfungsängste. Vor allem Referate und mündliche Prüfungen machen ihm so zu schaffen, dass er völlig blockiert. Am Anfang ist es nur ein Gefühl des Unwohlseins, wie ein leichter Anflug von Übelkeit, ein kaum merkliches Zittern in den Beinen, das ihn davon abhält, ein Referatsthema zu übernehmen. Er schiebt es auf das Veranstaltungsthema und wechselt das Seminar. Er schließt sich einer Referatsgruppe an, aber je näher der Vortragstermin rückt, desto mulmiger wird ihm. Immer öfter wird ihm morgens übel, er fühlt sich der Uni nicht mehr gewachsen, schließlich will er das Studium aufgeben und hofft darauf, mit einem Fernstudium um die unangenehme Konfrontation mit seinen Ängsten herumzukommen. Eines Tages liegen die Einschreibeunterlagen vor ihm auf dem Tisch, und er blättert die Papiere entschlossen durch. Beim Ausfüllen der Formulare beschleicht Leon jedoch ein unangenehmes Gefühl: Was wird sein, wenn er in eine mündliche Prüfung muss? Und schon ist sie wieder da – die Angst zu versagen.

Die Angst vor der Angst

Was kann man wirklich tun, wenn jemand unter Prüfungsängsten leidet? Zunächst ist es wichtig, dieses Phänomen überhaupt zu verstehen. Wichtig für das Verständnis von Ängsten ist ihre körperliche Komponente. Wie alle Affekte drücken sich Ängste als Folge einer präkognitiven Reizwahrnehmung zunächst in körperlichen Veränderungen aus, die ihrer sprachlichen Benennung vorausliegen. Insofern ist es eigentlich falsch zu sagen: „Mir schlottern die Knie vor Angst“, denn entgegen unserer Wahrnehmung ist die Reihenfolge in Wirklichkeit umgekehrt: Erst zittern uns die Knie, und dann benennen wir dieses körperliche Verhalten und sagen, dass wir Angst haben. Genau so drücken sich Prüfungsängste in unterschiedlichen körperlichen Reaktionen aus wie Tachykardie, Herzklopfen, Arrhythmie, Hyperventilation, in vasomotorischen Phänomenen wie Erhöhung des Blutdrucks und Kältegefühl in den Gliedern, erhöhter Temperatur und Schweißbildung, Magenbeschwerden, Heißhunger, Mundtrockenheit, Zittern, Appetitlosigkeit, Durchfällen, Erbrechen usw.¹ Grund hierfür ist die stressbedingte Ausschüttung von Adrenalin und Cortisol – Hormone, mit deren Hilfe der Körper in Gefahrensituationen optimal mobilisiert wird, um mit Kampf- oder Fluchtreaktionen einer Bedrohung zu entkommen. Die Prüfungssituation wird also vom Körper als lebensbedrohliches Ereignis eingestuft.

Im oben genannten Fallbeispiel wird deutlich, wie intensiv solche Ängste sein können. Obgleich sie dem Außenstehenden als irrational erscheinen, haben sie für den Betroffenen jedoch Ernstcharakter: Auch wenn die Bedrohung nicht real ist, so bleibt die Angst doch real und als solche auch von Außenstehenden ernst zu nehmen. Wie lässt sich dieses Paradoxon nun auflösen? Intensive Affekte, wie eben auch Ängste, werden von Menschen nicht einfach frei erfunden. Die Aufgabe von Affekten ist es nämlich, unsere Wahrnehmungen der Umwelt zu bewerten, um ihnen dann mit angemessenen Reaktionen zu begegnen. Gehen wir davon aus, dass Affekte also meist angemessen sind, stellt sich die Frage, wie es dann zu solchen unangemessenen Ängsten wie den

Dr. Gertrud Wolf



Leiterin der Evangelischen Arbeitsstelle Fernstudium im Comenius-Institut
Heinrich-Hoffmann-Straße 3
60528 Frankfurt am Main
E-Mail: wolf@comenius.de
www.fernstudium-ekd.de

¹ Vgl. Tabbert-Haugg, Christine (2003): Alptraum Prüfung. Gestörtes Prüfungsverhalten als Ausdruck von Schwellenängsten und Identitätskrisen. Stuttgart.

beschriebenen Prüfungsängsten kommen kann. In einem posthum veröffentlichten Artikel beschreibt Donald W. Winnicott die Angst vor dem Zusammenbruch als eine Angst vor einem Zusammenbruch, der tatsächlich bereits einmal erlebt wurde: „Es gibt meiner Erfahrung nach Augenblicke, in denen ein Patient der Mitteilung bedarf, dass der Zusammenbruch, der sein oder ihr Leben bedroht und dem daher mit Angst begegnet wird, bereits einmal stattgefunden hat. Es ist eine Tatsache, die im Unbewussten herumgetragen wird.“² Es macht sehr viel Sinn, Winnicotts Sichtweise auf alle irrational erscheinenden Ängste auszuweiten und in ihnen einen Kern zu vermuten, der einst seine Berechtigung hatte. Mit anderen Worten: Irgendwann in der Biografie des ängstlichen Prüfungskandidaten muss es also einen Moment gegeben haben, in dem diese Angst angemessen war – aus unterschiedlichen Gründen jedoch nicht angemessen verarbeitet werden konnte.

Stress triggert Stress

Am Beispiel von Leon ließ sich diese Vermutung verifizieren. Wir haben Leon zu Beginn einer Lernberatung ausgiebig zu seinen Ängsten befragt. Ein Teil der Befragung bestand darin, Leon auf einem Flipchart als Figur abzubilden und die unterschiedlichen Affekte und Körperreaktionen von ihm selbst in die Figur eintragen zu lassen. Dieses Verfahren diente sowohl der Anamnese wie auch der Bewusstmachung der Prüfungsängste; dadurch wurde zugleich eine Grundlage für die weitere Konkretisierung der Problematik geschaffen und die Sprach- und Reflexionskompetenz geschult, womit schließlich dann auch die Symptome für die weitere Arbeit dokumentiert werden konnten. Leon war in der Beratung sehr aufgeschlossen und offensichtlich froh, dass seine Ängste hier ernst genommen wurden. Er fasste bald Vertrauen und begann von seiner aktuellen Lebenssituation sowie vergangenen Lebenserfahrungen zu erzählen. Die Anamnese ergab eine Reihe von belastenden Lebensumständen. Nachdem zunächst der tragische Tod seiner älteren Schwester infolge einer Autoimmunerkrankung im Mittelpunkt seines Berichts stand, rückten bald Erzählungen aus der als äußerst bedrückend erlebten Kindheit in den Vordergrund. Leon schilderte seinen Vater als einen sehr herrschsüchtigen Mann, der – vor allem nach Alkoholkonsum – zu Wutausbrüchen neigte. Leon erinnerte sich an heftige Gewaltausbrüche und Bedrohungsszenarien während seiner Kindheit. Anhand

einer von Leon recht konkret erinnerten Szene fertigten wir eine zweite Abbildung. Wir zeichneten nun den kleinen Leon im Alter von etwa neun Jahren auf ein Flipchart und baten ihn wiederum, seine Gefühle und Körperzustände, an die er sich erinnern konnte, in die Figur einzuzichnen. Als wir die beiden Bilder anschließend nebeneinanderlegten, war nicht nur Leon sehr überrascht. Deutlich zeigten sich die Übereinstimmungen zwischen den angemessenen Gefühlen des Kindes in einer real gefährlichen Situation und den nicht angemessenen, aber als real empfundenen Ängsten in der nicht real bedrohlichen Prüfungssituation. Hintergrund dieser Reaktion ist u. a. das Vermögen unseres Gehirns, sowohl zu ler-

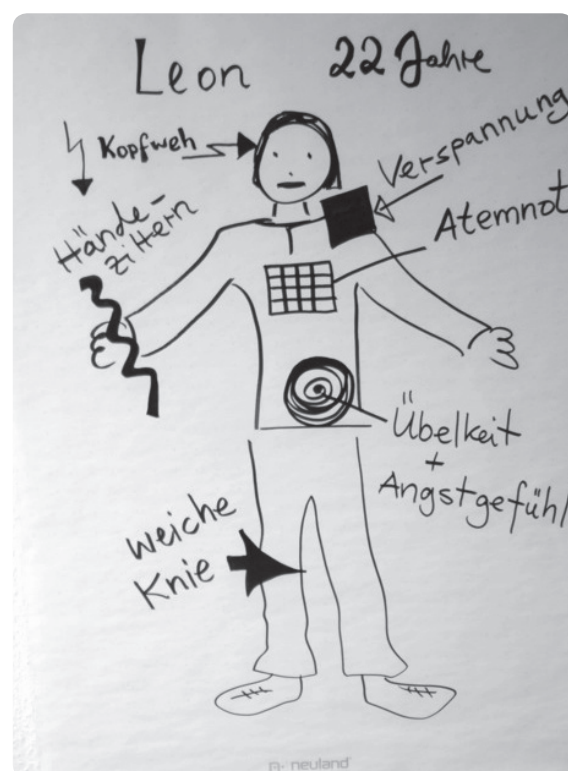


Schaubild: Der 22-jährige Leon

nen als auch Bewertungsmuster zu bilden. Erschwerend kommt noch hinzu, dass die Verknüpfung bei traumatischen Erlebnissen häufig nicht optimal gelingt, sodass alte Reaktionsmuster nicht angemessen gespeichert und abgerufen, sondern auch in unpassenden Situationen erinnert werden, weil Einzelheiten eines aktuellen Geschehens an das alte Geschehen erinnern. Diesen Vorgang nennt man „triggern“, und es ist davon auszugehen, dass Stress immer das Potenzial in sich trägt, alte Stresserfahrungen zu triggern, deren Emotionen dann wieder mit auf-

² Winnicott, Donald W. (1974): Die Angst vor dem Zusammenbruch. In: Psyche 45 (1991), S. 1116–1126, 1121.

flammen.³ Für den Betroffenen ist es jedoch zunächst unmöglich, zwischen alten und neuen Emotionen zu unterscheiden, sodass er die Botschaft der Gefühlserinnerungen für bare Münze nimmt und sich wirklich bedroht fühlt.

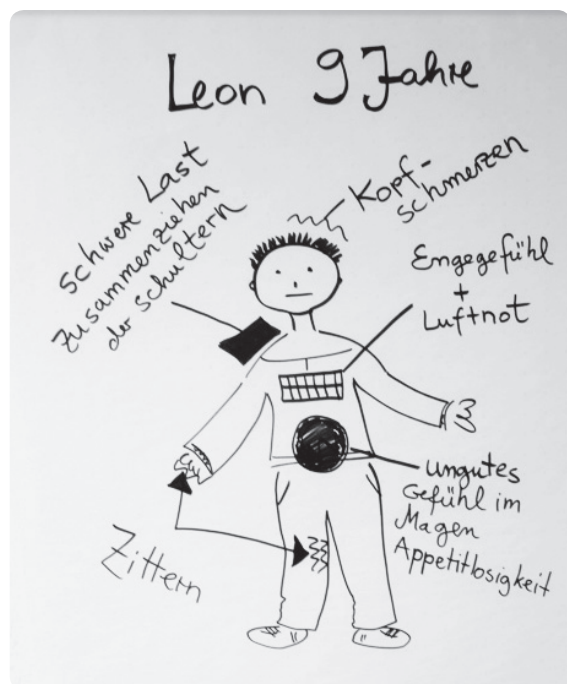


Schaubild: Der 9-jährige Leon

Pädagogische und therapeutische Begleitung von Prüfungsängsten

Der Hinweis auf die biografische Bedingtheit von Prüfungsängsten macht deutlich, dass sich diese Ängste nicht einfach in Luft auflösen werden. Wichtig ist es deshalb, den Klienten darüber aufzuklären, wie es zu solchen Angstzuständen und Panikattacken kommen kann. Diese psychoedukative Maßnahme hat meistens schon eine deutlich entlastende Funktion. Hat man wie im Fall von Leon das Glück, relativ rasch einen tieferen Grund für die Prüfungsangst zu finden, hilft dies bei der Suche nach einer geeigneten therapeutischen Maßnahme weiter. Die Angst wird wahrscheinlich als Thema auch weiterhin bestehen bleiben, jedoch kann der Umgang mit ihr nun wesentlich verändert werden. Hier helfen traumapädagogische Angebote weiter, bei denen es darum geht, den Angstklienten zu stabilisieren und seine Ressourcen – also das Vermögen, für sich selbst gut zu sorgen – auf- und auszubauen. Besonders wichtig ist es dabei, Hilfen zur Emotionsregulierung zu geben, und spätestens hier setzt dann

auch eine intensive körperliche Arbeit ein. Wie weiter oben ausgeführt wurde, geht der Emotionswahrnehmung „Ich habe Angst“ immer eine körperliche Reaktion voraus. Nicht alle körperlichen Aspekte lassen sich von außen verändern; schlecht regulieren lassen sich z. B. Herzrasen, Zittern, Schweißausbrüche oder Übelkeit; gut verändern lassen sich aber die Körperhaltung und die Atmung. Aus diesem Grund üben wir mit Lernenden, die unter Angstattacken leiden, bestimmte Körperhaltungen und Atemtechniken ein, die dann bei aufkommender Panik eingesetzt werden können und an das Gehirn nicht wie beim Händezittern das Signal „Gefahr“ weiterleiten, sondern durch eine aufrechte und gerade Körperhaltung das Signal vermitteln: „Lage entspannt – alles im Griff“. Ein Beispiel: In der Panik ist die Atmung meistens schnell und flach, sodass es hier hilfreich ist, möglichst tief ein- und auszuatmen, was man z. B. dadurch erreicht, dass man ganz tief ausatmet, bis man das Gefühl hat, die Lungen komplett leergeatmet zu haben, weil der Körper daraufhin dazu tendiert, das Atemdefizit mit einem besonders tiefen Atemzug wieder auszugleichen. Allein schon diese tiefe Atmung sendet andere Signale an das Gehirn. Überdies ist das Gehirn durch den bewussten Einsatz einer Atemtechnik mit etwas anderem beschäftigt, sodass es nunmehr auch nicht mehr uneingeschränkt dem Angstzustand ausgeliefert sein wird. Aus diesem Grund helfen auch sogenannte Kognitionsübungen weiter, bei denen an die Stelle negativer Kognitionen wie „Das geht bestimmt schief“ positive Kognitionen gesetzt werden wie „Das wird schon gut gehen“. Denn auch Gedanken lassen sich durchaus beeinflussen. Für alle diese Techniken bedarf es jedoch der Übung, damit sie im Notfall auch schnell einsetzbar sind. Der Umgang mit Menschen, die von Prüfungsangst geplagt werden, ist keine Angelegenheit für eine kurze Beratung; vielmehr brauchen solche Menschen Verständnis, Zeit und einen fachkundigen Umgang. Ausgerechnet Pädagogen wissen allerdings oft wenig über die Entstehung von und den Umgang mit Prüfungsangst und delegieren die Behandlung daher rasch an Psychologen und Therapeuten. Damit werden jedoch unnötige Hürden aufgebaut und zeitliche Verzögerungen in Kauf genommen, obwohl der Umgang mit Prüfungsangst dringend in den pädagogischen Werkzeugkasten gehört. Geeignete Fortbildungsangebote könnten hier Abhilfe schaffen. Dann gälte auch für das pädagogische Personal: Keine Angst vor der Prüfungsangst!

³ Vgl. Wolf, Gertrud (2014): Zur Konstruktion des Erwachsenen. 2. Aufl., Wiesbaden.

Die Jury der Evangelischen Filmarbeit empfiehlt

Film des Monats: Januar 2014

A Touch of Sin

China, Japan 2013

Regie: Jia Zhang-ke

Verleih: Rapid Eye Movies HE GmbH

Vier Geschichten aus vier Regionen Chinas mit tödlichem Ausgang: Der Minenarbeiter Dahai aus der Provinz Shanxi klagt den Minenbesitzer und die Dorfoberen an, sich selbst zu bereichern. Als man den Störer durch Geld und Gewalt zum Schweigen bringen will, greift dieser selbst zur Waffe. Der Wanderarbeiter Zhou San wehrt sich auf seine Weise gegen die alltägliche Gewalt und die wachsende Entfremdung von seiner Familie. In Chongqing, einer boomenden Mega-City im Südwesten, lebt er am Rande einer Hochhaussiedlung und verheimlicht, woher sein Geld stammt. In der Mitte Chinas, in Hubei, arbeitet



Xiao Yu als Rezeptionistin in einer Sauna. Ihre Liebesbeziehung zu einem verheirateten Mann und ihr Job setzen sie der demütigenden Gewalt von Männern aus. Verzweifelt schlägt sie schließlich zurück. In Dongguan, einem Städtchen an der Südküste, zieht ein junger Fabrikarbeiter von einer Arbeitsstelle zur anderen. Ohne Perspektive gibt er am Ende auf.

Das enorme wirtschaftliche Wachstum der letzten Jahrzehnte in China hat einen hohen Preis: die wachsende Kluft zwischen Arm und Reich, den Zerfall sozialer Bindungen und die Entwurzelung von Millionen. Eine Folge dieser Entwicklung ist die Zunahme alltäglicher Gewalt, eine verzweifelte Reaktion, um die eigene Würde zu wahren. Kunstvoll verknüpft der Film die vier Geschichten zu einem Gesellschaftspanorama des heutigen China. In fließenden Kamerabewegungen wird die Dramatik des alltäglichen Überlebenskampfes spürbar. Die Action- und Gewaltszenen werden zum ästhetischen Mittel, dem Kampf gegen Unterdrückung und Entwürdigung Nachdruck zu verleihen.

Film des Monats: Februar 2014

Le Passé – Das Vergangene

Frankreich, Italien 2013

Regie: Asghar Farhadi

Verleih: Camino Filmverleih GmbH

Preise: Preis der Ökumenischen Jury, Cannes 2013

Auf dem Pariser Flughafen wartet Marie auf Ahmad, von dem sie seit vier Jahren getrennt lebt. Er kommt extra aus Teheran, um die Ehe durch die formelle Scheidung zu beenden. Sie will Samir heiraten, der mit seinem kleinen Sohn Fouad bereits zeitweise bei ihr wohnt. Für ihre Töchter aus erster Ehe, Lea und Lucie, war Ahmad in ihrer gemeinsamen Zeit Vertrauter und Vater. Gegen seinen Willen quartiert Marie ihn bei sich zu Hause ein. Sie hofft, dass seine Gegenwart helfen kann, ihre Spannungen mit Lucie abzubauen. In den folgenden Tagen kommt es immer wieder zu Streitigkeiten: Lucie lehnt Samir als künftigen



Mann ihrer Mutter ab, Ahmad und Samir konkurrieren um ihren Einfluss, und Fouad vermisst seine Mutter, die nach einem Selbstmordversuch im Koma liegt. Bei allen Klärungsversuchen holt die Vergangenheit die Beteiligten immer wieder ein. Auch ein bisher verschwiegenes Geheimnis wird langsam in seiner ganzen Dramatik offenbar.

Der Film reflektiert die Unsicherheiten und Ungewissheiten, die das Innenleben jeder intimen Beziehung berühren. Auf wen können sich die Menschen verlassen? Inwieweit beherrscht der Blick zurück auch schon die Aussicht auf die Zukunft? In wechselnden Beziehungskonstellationen entstehen immer wieder neue Bilder der Vergangenheit, die das Selbstverständnis der Figuren bestimmen und ihr Handeln motivieren. Damit entzieht der Film der Wahrheit, die jeder für sich beansprucht, den Boden. In spannungsgeladenen Szenen aus einer urbanen „Patchwork-Familie“ fragt der Film nach Nähe und Distanz zwischen den Beteiligten. So entsteht ein eindringliches Porträt moderner Lebens- und Liebesverhältnisse.

Film des Monats: März 2014

Philomena

GB, USA, Frankreich 2013

Regie: Stephen Frears

Verleih: Universum Film GmbH

Preise: Bestes Drehbuch, INTERFILM-Preis, SIGNIS-Preis, Venedig 2013

Nach über 50 Jahren bricht die pensionierte Krankenschwester Philomena Lee ihr Schweigen. Als Teenager hat sie einen Sohn geboren. Im streng katholischen Irland jener Zeit war dies eine Schande. Sie musste als „gefallenes Mädchen“ in einem Nonnenkonvent leben und arbeiten. Gegen ihren Willen wurde ihr Kind adoptiert. Nun möchte sie wissen, wo und wie ihr Sohn aufgewachsen ist. Der Oxford-Absolvent und politische Journalist Martin Sixsmith erklärt sich bereit, Philomena bei ihrer Suche zu unterstützen. Trotz ihrer gegensätzlichen Glaubens- und Lebensvorstellungen freunden sich beide an. Die Nonnen



helfen nicht weiter: Sie haben die Akten aus jenen Jahren verbrannt und schweigen eisern. Die Spuren des adoptierten Sohnes führen in die USA. Martin und Philomena finden heraus, dass er bis zum Präsidentenberater in Washington aufstieg, obwohl er schwul war. Von seinem Lebensgefährten erfahren sie, dass er vor einigen Jahren an Aids gestorben ist.

Nach einer realen Geschichte entfaltet der Film den Dialog einer gläubigen Katholikin mit einem säkularen Agnostiker angesichts ihrer tiefen Verletzung durch die kirchliche Institution. Jeden Tag ihres Lebens hat sie an den Sohn gedacht, der ihr genommen wurde. Schuldgefühle, Sehnsucht und ein kaum fassbarer Verlust haben ihr Leben überschattet. Trotz der bitteren Erfahrung hält sie an ihrem christlichen Glauben fest. In den Gesprächen zwischen ihr und dem Journalisten gewinnen sie Toleranz und Verständnis füreinander. Der Film hält die Balance zwischen der Frömmigkeit und freundlichen Wärme der älteren Philomena und dem Sarkasmus und der kühlen Ironie des jüngeren Martin.

Publikationen

Systemische Erwachsenenbildung. Die transformatorische Kraft des begleiteten Selbstlernens



Rolf Arnold
€ 19,80, 229 S.
Hohengehren
2013
Schneider Verlag

ISBN: 978-3-83401210-4

Spirituelle Führung. Anleitung zum Selbstcoaching mit einem Methoden-ABC



Rolf Arnold
€ 34,95, 138 S.
Wiesbaden 2012
Springer/Gabler

ISBN: 978-3-83493977-7

Rolf Arnold, Professor für Berufs- und Erwachsenenpädagogik an der Uni Kaiserslautern, ist einer der produktivsten Autoren seines Fachs. Er meldet sich nicht nur im erwachsenenpädagogischen Theorie-Diskurs als prominenter Vertreter einer systemisch-konstruktivistischen Pädagogik zu Wort. Viele seiner Publikationen befassen sich auch mit konkreten Themen der pädagogischen Praxis. In diesem Genre bevorzugt er im Untertitel das Label der „29 Regeln“ – „... für eine kluge Lehre“, „... für ein kluges Leadership“ oder „... für eine kluge Erziehung“. In dieser Rezension soll es um beide Schwerpunkte Arnolds gehen: zum einen, wie er sich aktuell in den Theorie-Diskurs der Erwachsenenbildung einbringt (Buch 1: Systemische Erwachsenenbildung), und zum anderen, welche praxisbezogenen Anregungen er daraus ableitet (Buch 2: Spirituelle Führung).

Schon in seinen früheren Arbeiten (vor allem: „Ich lerne, also bin ich: Eine systemisch-konstruktivistische Didaktik“, 2007) plädierte Arnold – im Konsens mit Horst Siebert – für einen Switch von der Vermittlungs- hin zur Ermöglichungsdidaktik. In seiner „Systemischen Erwachsenenbildung“ (2013) setzt er diese Überlegungen unter dem Aspekt der „transformierenden Kraft des begleiteten Selbstlernens“ fort. Dieses Stichwort greift das erste Kapitel auf: „Meine Rolle in der Lernbegleitung Erwachsener“. Hier entfaltet der Autor die Grundthese des pädagogischen Konstruktivismus: „Lernen ist nicht erzwingbar, kann aber begleitet werden.“ (S. 20) Konkret: „Die Ermöglichung signifikanter Lernprozesse bei Erwachsenen benötigt keine Vormundschaft durch Experten, sondern deren Begleitung.“ (S. 21) Das Attribut „signifikant“ ist erläuterungsbedürftig, verweist es doch auf Lernprozesse, in denen es um selbstreflexive Neu- und Umdeutungen der bisherigen Identitätsmuster geht, um konsequente Subjektorientierung statt linearer, technologisch geprägter Durchgriffe auf die Lernenden. Aber, so ist zu fragen, haben denn alle Lernprozesse diesen „signifikanten“ Fokus? Ist die gute alte Vermittlungsdidaktik ganz obsolet geworden? Und führt der Weg der neueren Erwachsenenbildung wirklich so eindeutig „vom Vermitteln (von Know-how) zum Ermöglichen von Kompetenzentwicklung“ (S. 46 ff.) und „vom Lehren zur Begleitung selbstgesteuerten Lernens (Independent Learning)“ (S. 49 ff.)?

Wer mit Arnolds Ansatz bereits vertraut ist, dürfte in den beiden einleitenden Kapiteln wohl nur wenig Neues finden. Für mich änderte sich dies in den fünf weiteren Kapiteln, in denen es – den Überschriften folgend – um „die Kraft der inneren Bilder von Bildung und Erziehung sowie Lernen und Entwicklung“, um „Methoden einer lebendigen und nachhaltigen Erwachsenenbildung“, um „Erwachsenenbildung jenseits der Bilderwelten eines latenten Realismus“, um „Systemische Anmerkungen zum Erwachsensein und zur Erwachsenenbildung“ sowie schließlich um den Weg „von der Systemischen Familientherapie über die Systemische Beratung zur Systemischen Erwachsenenbildung“ geht. Das sind spannende Stichworte, die die Weiterentwicklung von Arnolds Kernthemen signalisieren. So begegnet hier nicht nur der „Konstruktivist“, sondern auch der „dekonstruktivistisch“ inspirierte Arnold, der die in Pädagogenkreisen so beliebten „Hochbegrifflichkeiten“ rund um Bildung, Erziehung und Lernen zu entmythologisieren sucht. Ferner präzisiert Arnold die Forderung nach einer erwachsenenbildungsspezifischen „systemischen Professionalität“, die zu „systemischer Lernbe-

gleitung“ fähig ist. In diesem Zusammenhang hat mich vor allem angesprochen, wie Arnold sein Konzept des emotionalen Konstruktivismus (2009) fortschreibt, indem er für ein „Erwachen zum spürenden Denken“ (S. 120) plädiert und anfragt: „Wie wäre es, wenn wir der Kraft des Denkens eine geschulte Kraft des Spürens an die Seite stellen könnten?“ (S. 132) Im Umfeld seiner Erwägungen zu einem „spürenden Bewusstsein“ (S. 135) zitiert Arnold den spanischen Pädagogen Augustin de la Herrán: „Nur die Begrenztheit der menschlichen Zeitperspektive vermag den Menschen eine Orientierung zu stiften: Wir leben und bilden uns auf den Tod hin.“ (S. 134) Hier klingt an, was Arnold im „Spirituellen Coaching“ (2012) intensiver ausgeführt hat. „Beachte das Ende!“, zitiert er da die alten Römer und gewinnt daraus das Motto: „Das Leben muss nach vorne gelebt, aber vom Ende her gestaltet werden.“ (S. 86)

In meiner Wahrnehmung ist das neue Arnold-Buch kein von Anfang bis Ende durchkomponiertes Opus. Dazu wären manche Erwägungen und Thesen etwas ausführlicher zu bedenken und zu begründen gewesen. Aber es vermittelt lebendige, temperamentvolle Einblicke in die Werkstatt des Autors. Das Thema, das alle Kapitel miteinander verbindet, ist die Suchbewegung nach einem Erwachsenenlernen, das der „Stärkung der Subjekte“ (S. 36) und damit – wie es später heißt – der „selbsteinschließenden Aneignung“ (S. 154) bzw. der „Identitätsentwicklung“ (S. 168) und dem reflexiven „Identitätslernen“ (S. 175) verpflichtet ist. Notabene: Dieses Identitätslernen, so hat Arnold beobachtet, „(scheint) in der Praxis der kirchlichen Erwachsenenbildung bis zum heutigen Tag themenstiftend zu sein“ (S. 175). Danke für das Kompliment!

Arnold plädiert für „Stärkung der Subjekte“, für „Formen einer unterstützten Selbstbildung“ (S. 173). Dabei kommt der Erwachsenenbildung die Aufgabe zu, Menschen „durch geeignete Verfahren in der Autonomie ihrer Kompetenzreife zu unterstützen“ (ebd.). Das steht m. E. quer zu einer Bildungspraxis, in der Kompetenzen ökonomisch funktionalisiert werden und das Subjekt vor allem seine „Employability“ zu sichern hat. „Kompetenzreife“ heißt für Arnold, dass Menschen von selbst dazu kommen oder durch eigene Einsicht und bewusstes Spüren genötigt werden, ihre bisherigen Gewissheiten zu überprüfen oder gar zu transformieren. Diese Gewissheiten bezeichnet er mit Verena Kast als „frühe Einsparungen“ (S. 165) oder auch als „überkommene Formen des Sich-in-der-Welt-Fühlens und Fürwahr-Haltens“ (S. 130). Wenn man mit ihnen nicht mehr weiterkommt, kann Erwachsenenbil-

dung zur „Bildungshilfe“ (Siebert, H. (1998): Erwachsenenbildung als Bildungshilfe. Klinkhardt, Bad Heilbrunn.) werden. Treffend heißt es: „Man kommt weiter, wenn man weiß, was einen am Weiterkommen hindert.“ (S. 111) Um den subjektiven Umgang mit diesem „Wissen“ um fragil gewordene Gewissheiten geht es der systemischen Lernbegleitung, die zu „selbstreflexiven Lernprozessen“ ermutigt, in denen „Veränderungsprozesse angestoßen und Transformationen des Denkens, Fühlens und Handelns [...] ausgelöst werden können“ (S. 166). Wie das konkret aussehen könnte, hat Arnold durchaus im Blick, wie die zahlreichen Exkurse zur systemischen Praxis zeigen. Offen bleibt, ob und wie diese Transformation die Differenzen zwischen Beratung/Therapie und Bildungsprozessen beobachtet.

Dem Praktiker Rolf Arnold, der auch als Berater und Coach tätig ist, begegnen wir in seiner „Spirituellen Führung. Anleitung zum Selbstcoaching“ (2012). Das Buch ist z. T. in Form von fiktiven Briefen zwischen „Karl“ und „Bernhard“ verfasst, die als Mentor und Mentee und zugleich als zwei „Suchende“ auftreten. Zu den Briefen gehören knappe „Lektionen“ und zusammenfassende Übersichtstabellen. Ein Methoden-ABC steht am Ende dieses Buches. „Spiritueller Führung“: Ein solcher Titel lässt eher an einen Ordensmenschen als an einen systemisch-konstruktivistisch argumentierenden Hochschullehrer denken. Das Thema des ersten Briefs sorgt für notwendige Klarheit: „Spiritualität ist eine Balance im Fragen, nicht im Wissen.“ (S. 1) Die herkömmliche Religion wird hier gleichsam halb beerbt: Deren vermeintliches Wissen um Gott und die Welt bleibt zurück, was bleibt, ist das Suchen, die Suchbewegung. Das erinnert an: „Erwachsenenbildung als Suchbewegung“, so der Titel eines Buches aus dem Jahr 1986 von Hans Tietgens, einem Altmeister der Theoriebegründung der Erwachsenenbildung. „Wir müssen“, so Arnold, „religiös suchen, ohne finden zu wollen, denn die Suche selbst ist bereits in ihrer Offenheit und Kraftlinie zerbrochen, wenn wir glauben, etwas finden zu können. Deshalb: ‚Spiritualität ist Suchen, nicht Finden.‘“ (S. 3) Im nächsten Schritt wird aus Spiritualität dann „das Bemühen, im Einklang mit den offenen Fragen über sich selbst und die Welt zu leben“ (S. 6). „Spiritualität ist [...] ein Leben im Einklang mit den unklaren Fragen.“ (S. 8) Das ist anschlussfähig an das, was Arnold in der „Systemischen Erwachsenenbildung“ als „lebenslange Selbstbildung“ im Umgang mit den „überkommenen Formen des Sich-in-der-Welt-Fühlens und Für-wahr-Haltens“ bezeichnet hat. Selbstbildung wird in diesem Buch zum „Selbst-

coaching“. Hier wie dort geht es „um die Veränderung durch Selbstveränderung“ (S. 39). Diese Veränderung kreist nicht um sich selbst, sie konkretisiert sich als „spirituelle Führung“ (S. 55 ff.) im Umgang mit anderen – etwa als emotionale Kompetenz, als Empathie, als Fähigkeit, andere aufzubauen und zu stärken (S. 67 ff.). Nachhaltige Führung braucht spirituelle Kraft im Sinne achtsamer Selbst- und Fremdwahrnehmung sowie die nicht nachlassende Bereitschaft zum Suchen und zum Aufbruch aus fragil gewordenen Gewissheiten. Eine solche spirituelle Kraft ist auch einer nachhaltigen Bildung zu wünschen.

Beide Arnold-Bücher, meine ich, ergänzen sich vorzüglich. Die „Systemische Erwachsenenbildung“ kann der Erwachsenenbildung in evangelischer Trägerschaft den manchmal doch etwas gebrechlich bis krumm gewordenen Rücken stärken: Denn so verkehrt ist es nicht, wenn wir am „Identitätslernen“ festhalten und zur „Selbstkompetenz“ der Menschen beitragen wollen. Und die „Spiritueller Führung“ regt an, den zum Nebelwerfer gewordenen Begriff „Spiritualität“ mit dem Habitus lebenslangen Suchens als mutige Selbstbildung zu verbinden.

Dr. Hans-Joachim Petsch

Professor am Lehrstuhl für Systematische Bildungswissenschaft der Universität Würzburg

„Gesunde Lebensführung“ – kritische Analyse eines populären Konzepts



ISBN: 978-3-45684996-6

Hans-Wolfgang Hoefert, Christoph Klotter (Hrsg.)

€ 29,95, 310 S.
Bern 2011
Verlag Hans Huber

„Gesund leben? – Na klar!“ – Klingt einfach, hat aber nicht nur in der alltäglichen Umsetzung seine Tücken. Schon die Voraussetzungen bergen Probleme: Umstritten ist ja, was „Gesundheit“ bedeuten soll. Und Ungesundes kann auch gesund wirken – wenn es etwa in entsprechender Atmosphäre genossen wird. Titel und auch Klap-

pentext des Buches stellen dennoch eine Unterbreitung dar. Dieses profunde und aufschlussreiche Buch sollte nicht nur auf die pragmatische Perspektive der individuellen Lebensbewältigung reduziert werden. Das haben die in der Regel gut lesbar geschriebenen und doch anspruchsvollen Beiträge nicht verdient. Ihnen geht es allesamt um mehr als eine Apologie oder kritische Analyse „gesunder Lebensführung“. Vielmehr wird akribisch ausgemessen, wie sich „gesunde Lebensführung“ entfalten lässt und was dies dann konkret bedeuten kann. Die Themen sind weit gespannt: von gesunder Lebensführung in der Antike oder chinesischer Medizin bis hin zu „Gesundheitswahn und Gesundheitszwängen“ in unserer Zeit. Instrukтив und weiterführend für Erwachsenen- bzw. Gesundheitspädagogik sind auch die Beiträge zur Bedeutung von Achtsamkeit und Optimismus für die gesunde Lebensführung und die Rubrik über die gesunde Lebensführung im Lebenslauf. Für Lebensstiländerungen (etwa im Bewegungsverhalten) kommt dabei der betrieblichen Gesundheitsförderung sowie einer Einbettung in psychologisch fundierte Konzepte ein besonderes Gewicht zu. Gerade die gelungene Kombination von philosophisch interessierter Reflexivität (mit Bezügen zu Foucault, Luhmann, Elias u. a.) und empirischer Abgewogenheit der meisten Beiträge überzeugt. Beleuchtet wird die Thematik dabei in den Rubriken (1.) historische und (2.) aktuelle soziale Perspektiven, (3.) konventionelle und (4.) unkonventionelle Konzepte gesunder Lebensführung – worunter etwa Trends der Naturheilkunde oder auch die „Ordnungstherapie“ nach Bircher-Benner, der dabei Interventionen aus unterschiedlichen Bereichen zusammenführt, firmieren – sowie (5.) psychologische und (6.) biografische Aspekte. Entstanden ist so alles in allem eher eine Art interdisziplinäres Handbuch zu gesunder Lebensführung, das einführt in den gegenwärtigen Stand der unterschiedlichen Fachwissenschaften. Gerade dies macht das Buch aber für die Praxis der Erwachsenenbildung interessant. Anhand der Beiträge lassen sich etwa gesundheitspädagogische Konzepte und Formate kritisch überdenken und ggf. weiterentwickeln. Außerdem bieten die Beiträge vielfältige Impulse für kreative Neuentwicklungen im Bereich der Gesundheitspädagogik. Hierzu gehört sicher das Konzept eines „Individuellen Gesundheitsmanagements“, aber auch eine stärker auf die Bedingungen der Lebensalter bezogene Gesundheitspädagogik und Präventionsarbeit. Sehr interessant ist der Beitrag über die Bedeutung subjektiver Gesundheits- und Krankheitstheorien für die Lebensbewältigung. Hier zeigen sich große Herausforderungen auch für die professionelle Beratungsarbeit. Dies gilt auch für die

Fragestellung, wie sich religiöse Fragestellungen und Gesundheit zueinander verhalten – anregend ist hier etwa der Begriff der „Lebenspflege“ aus der chinesischen Medizin.

Der Beitrag zu „Religiosität, Spiritualität und Lebensführung“ erscheint gemessen an der weiten Themenstellung zu knapp angelegt, was aber z. T. auf Forschungsdesiderate zurückzuführen ist. Zu Recht wird eine verstärkte religionspsychologische Forschung gefordert. Alle Artikel sind mit ausführlichen Literaturangaben versehen (bis zu 7,5 Seiten!), sodass die Themengebiete in wichtigen Beiträgen der Forschungsliteratur erschlossen werden. Leider haben sich im Band ein paar formale Unpässlichkeiten eingeschlichen, etwa ein unvollständiges Autorenverzeichnis und fehlende Kurztitel des jeweiligen Beitrags über dem Fließtext.

Alles in allem wird das Themenspektrum der „gesunden Lebensführung“ aber fundiert ausgemessen. Der Band stellt so einen wichtigen Grundlagenbeitrag für Gesundheitspädagogik, Bildungsarbeit und Beratung dar – jenseits aller oberflächlichen Ratgeberliteratur.

Pfarrer PD Dr. Freimut Schirmmacher

Kirchliche Hochschule Wuppertal/Vorsitzender der AGEB Kurhessen-Waldeck

Was bringt uns das? Vom Nutzen religiöser Bildung für Individuum, Kirche und Gesellschaft



Antje Rösener
(Hrsg.)

€ 19,90, 120 S.
Münster 2013
Waxmann Verlag

ISBN: 978-3-83092984-0

Wenn die Kommentatoren der aktuellen kulturellen Großwetterlage ihre religionsdiagnostischen Resümeees ziehen, werden in der Regel zwei starke Pole ausgespannt: Die einen attestieren dem gegenwärtigen Kulturbetrieb einen religionslosen oder -fernen, radikal anti- oder schlicht areligiö-

sen Trend, weil sie die einer expliziten kirchlich-christlichen Binnensemantik geschuldeten Denk- und Praxisfiguren nicht mehr flächendeckend erheben können. Die anderen unterstellen mithilfe eines extrem geweiteten, offen anthropologischen Religionsbegriffs allen möglichen Lebensäußerungen und Sinndeutungspraktiken eine ungewöhnliche Tiefendimension und re-identifizieren eifrig neue Storys, Zeremonien, Rituale und Verhaltensweisen, die mit einer spirituellen Dynamis aufgeladen sein könnten. Der religionstheoretische garstige Graben, der sich zwischen den beiden Polen ausmachen lässt, markiert und definiert im Grunde nur die Fakten, die sich theologisch, soziologisch, pädagogisch und psychologisch einholen – und eben nur kontrovers interpretieren lassen, im schlimmeren oder schlichteren Falle dann eben auch im Kielwasser einer Debatte mit bildungstheoretischem Anspruch, aber utilitaristischer Gedankenführung im Titel: „Was bringt uns das?“.

Natürlich, die Herausgeberin des ersten Bandes der Schriftenreihe „Erwachsenenbildung“ des Comenius-Instituts e.V. und der DEAE e.V. hat völlig recht, wenn sie in ihrer Einleitung geltend macht, dass man sich bei einer Auseinandersetzung mit der Frage nach dem „Nutzen religiöser Bildung für Individuum, Kirche und Gesellschaft“ nicht wirklich auf einem intellektuellen Plateau einfinden kann, zumal die Basisdebatte doch vielmehr auf familiärer, schulpolitischer oder parlamentarischer, also bestenfalls mittlerer akademischer Ebene angestoßen und geführt wird. Um Alltagspragmatik und -pragmatismus geht es also zunächst, um zivilgesellschaftliche Argumentationslogiken, um Kosten-Nutzen-Rechnungen und statistisch belegbare Bedarfsanalysen, wenn aufgeworfen wird, wie viel Kirche das Land braucht (oder nötig hat).

Und genau an dieser Stelle deutet sich bereits das Diskursdilemma an, welches sich als zweite Demarkationslinie durch alle schlichtenden Erörterungsversuche ziehen wird. Wer wie Paul Nolte in seinem Beitrag „Religion als öffentliche Macht in der Moderne“ die visionäre Kraft der Religionen geltend macht, deren ideellen und ideologischen Prägekraft für (sozial-)ethische Urteilsfindungsprozesse und deren Leistungsvermögen als Sinndeutungsintegral (im Leben und im Sterben), der wird zwangsläufig in seiner Endauswertung zu anderen Ergebnissen kommen als ein Gesprächsteilnehmer wie Nils Opietz-Leifheit mit „Wie viel Kirche braucht das Land?“, der den Problemkaskus spezifisch religiöser Erwachsenenbildung an konkreten Zahlenspielen, etwa den Mittelzuweisungen der Länder, bricht. Verhält es sich

tatsächlich so, dass nur die Anhängerschar einer Religion auch von den Leistungen dieser Religion profitiert?

Kurzum, man müsste wohl das Feld der Referierenden – bzw. der Referate, die in diesem Band zusammengeführt werden – auf Quadranten spannen, die den beiden hier genannten Grunddifferenzen gerecht werden, indem sie sie angemessen kategorisieren. Schließlich haben wir unter *Religion als humane Sinndeutungspraxis* etwas anderes zu verstehen als unter *Religion als institutionalisierte, sozialformatierte, transzendenzbezogene Lebensorientierung*. Und auch *religiöse Bildung* kann die Befähigung des Menschen zur selbstständigen Lebenssinnbildung als Ziel ausgeben oder schlichtweg die sachgerechte, reflexive Umgangsweise mit zuvor erlernten traditionellen Denkfiguren. (Hier sind v. a. die Beiträge von Marion Fleige, Steffi Robak, Andreas Seiverth und Friedrich Schweitzer zu nennen, die den „Nutzen religiöser Bildung“ aus verschiedenen Perspektiven darzulegen suchen.)

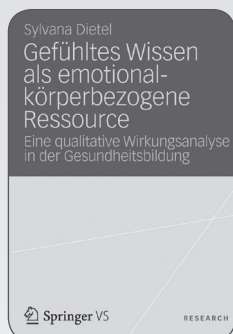
Weiterhin ist in Erwägung zu ziehen, wie der Terminus „Religionspraxis“ betont und demzufolge aufgefasst werden will: Denn wenn schon (institutionalisierte) Religion und Religion (als menschliche Sinndeutung) nur schwer kompatibel gemacht werden können, wie verhält es sich dann erst, wenn eine Sinn vermittelnde, aber eben gar nicht kirchlich-christlich als religiös ausgewiesene Praxis einer anderen Praxis gegenübergestellt werden muss, die für viele sinn- und nutzlos ist, obwohl (oder gerade weil) sie ihre Sonderstellung über religiös begründete Symbol- und Ritualhandlungen behauptet? (Die „Beiträge aus der Praxis“ von Aribert Rothe und Michael Utsch bieten mit ihren wertvollen Einblicken hinreichend Beispiele und Impulse zur weiteren Auseinandersetzung.)

Das von Antje Rösener herausgegebene Büchlein vermag auf interessante Weise zu veranschaulichen und zu verdeutlichen, welch immenser Nachholbedarf gerade dort besteht, wo man alles schon gesagt zu haben scheint. Was Religion ist und was religiöse Bildung – diesen fundamentalen Fragen gehen die einzelnen Beiträge mehr oder minder intensiv nach, freilich ohne deutlich genug darauf hinzuweisen, dass womöglich genau mit dem reflexiven Abgleich definitorischer Einbahnstraßen ein wichtiges Defizit der angestregten Debatte behoben werden könnte. Aber das lässt sich ja nachholen!

Prof. Dr. Frank Thomas Brinkmann

Institut für Evangelische Theologie Gießen

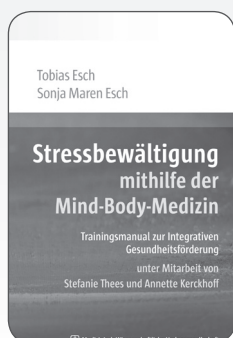
Gefühles Wissen als emotional-körperbezogene Ressource. Eine qualitative Wirkungsanalyse in der Gesundheitsbildung



Sylvana Dietel
€ 39,95, 397 S.
Wiesbaden 2012
Springer VS

ISBN: 978-3-53118568-2

Stressbewältigung mithilfe der Mind-Body-Medizin. Trainingsmanual zur Integrativen Gesundheitsförderung



Tobias Esch,
Sonja Maren Esch
€ 24,95, 172 S.
Berlin 2013
Medizinisch-
Wissenschaftliche
Verlagsgesellschaft

ISBN: 978-3-94146894-8

Gesundheitsbildung hat in Zeiten erhöhter Stressbelastung und wachsender Burn-out-Erkrankungen an Bedeutung gewonnen. Hier sollen zwei unterschiedliche Bücher zum Thema vorgestellt werden – eine erziehungswissenschaftliche Dissertation und ein Trainingsmanual. Beide stellen die Nutzung der Emotionen und das Körpergefühl in den Mittelpunkt ihrer Überlegungen, allerdings mit sehr unterschiedlichen Intentionen und Zielen.

Sylvana Dietel hat in ihrer Promotionsarbeit emotions- und körperbezogene Bildungsangebote in der öffentlichen Gesundheitsbildung untersucht. In einem exemplarischen Vergleich diesbezüglicher Angebote an den Volkshochschulen Bremen und Dresden stellt die Autorin fest, dass sich die

entsprechenden Angebote in den letzten 15 Jahren ungefähr verzehnfacht hätten – ähnlich wie die Angebote an EDV-Schulungen. Leider wird nicht berücksichtigt, dass der massiv angewachsene Markt an Lebenshilfe und Gesundheitsbildung auch Scharlatane angezogen hat, die mit fragwürdigen Heilsversprechen oft mehr Schaden anrichten als nutzen. Die ethische Perspektive und Methoden der Qualitätssicherung hätten bei dieser Fragestellung eine stärkere Aufmerksamkeit verdient, zumal es hier in den letzten Jahren immer wieder Konflikte gegeben hat („Esoterik in der Volkshochschule“). Darüber hinaus werden auch die zahlreichen Angebote freier Bildungsangebote jenseits von VHS und Co. übergangen, obwohl in diesen Szenen körper- und emotionsbezogene Bildungsangebote viel stärker vertreten sind als bei öffentlichen Trägern.

Es folgt ein knappes Kapitel über Gesundheitsbildung, Emotionen und Gender, das aber über Allgemeinplätze nicht hinauskommt. Die beiden folgenden umfangreichen Kapitel versuchen die Relevanz von Emotionen auf Bildungsprozesse differenziert, meines Erachtens zu differenziert, zu klären. Hier verliert sich die Autorin in Details kaum miteinander verknüpfter Modelle der Gehirnforschung, Motivationspsychologie und Stressbewältigungstheorien. Eine stärkere Betreuung durch den akademischen Lehrer hätte hier vermutlich zu einer sinnvollen Einschränkung und Präzisierung der Fragestellung geführt, die in der konzeptuellen Breite von „emotional-körperlichen Lernprozessen“ den Leser ratlos zurücklassen. Wie Emotionen, Körperarbeit und Gesundheit zusammenhängen, versucht die Autorin in einer eigenen Studie durch neun biografisch-narrative Teilnehmer-Interviews (davon zwei Männer) von zwei entsprechenden Kursen (Biodanza und Pantomime) herauszufinden. Aufgrund der unpräzisen Fragestellung und der „weichen“ Forschungsmethode bleiben die Ergebnisse aber schwammig und wenig aussagekräftig. Das abschließende Fazit wird in dem letzten Satz des Buches gebündelt: „Gefühles Wissen wird somit zur Ressource lebensbegleitenden Lernens.“

Ganz anders ist das Buch des Ärzte-Ehepaars Esch konzipiert und aufgebaut. Unter Einbeziehung weiterer Mitarbeiter, u. a. einer Wissenschaftsjournalistin, ist ein gut lesbares, anwendungsfreundliches Trainingshandbuch entstanden, das erprobte Anleitungen und Übungen systematisch aufbereitet und lesefreundlich präsentiert. Das Buch vermittelt praktische Fertigkeiten zur Selbstfürsorge, die in Gruppen oder einzeln eingeübt werden können. Grundlage bilden die vier Säulen stressreduzierendes Verhalten, regelmä-

ßige Bewegung, regelmäßige „innere Einkehr“ und Entspannung sowie achtsamer Genuss und gesunde Ernährung. Ganz bewusst haben die Autoren ein „Trainingsmanual zur Integrativen Gesundheitsförderung“ mit integrierten Fragebogen, Übungsblättern und Hausaufgaben vorgelegt. Sie wissen, dass bei diesem Thema gute Vorsätze wenig helfen, wohl aber praktische Anleitungen. Die Leser werden deshalb auch zu einer freiwilligen Selbstverpflichtung eingeladen, täglich 20 bis 30 Minuten in das persönliche Stressmanagement zu investieren.

In einer knappen, aber präzisen Einführung wird zunächst die biologisch festgelegte Stressreaktion erläutert, bevor das Einüben der Entspannungsreaktion anschaulich dargestellt wird. Dann folgen Kapitel über Bewegung und Ernährung, deren stressreduzierende Wirkungen von den beiden Ärzten verständlich und alltagsnah zusammengefasst werden. Weitere Anregungen werden in den Kapiteln „Soziales Netz: Stressabbau durch das soziale Umfeld“, „Sprache und Gedankenmuster“ sowie „Naturheilkundliche Selbsthilfestrategien“ gegeben. Im Anhang finden sich Tipps zur Durchführung dieses Trainings als Gruppenseminar sowie ein Kapitel mit Meditationsanleitungen. Konzepte „achtsamer“ Selbstfürsorge durchziehen das ganze Buch. An keiner Stelle kommen aber buddhistische Heilsversprechen zum Vorschein, wie das in anderen diesbezüglichen Publikationen häufig zu bemängeln ist. Die Autoren beziehen sich alleine auf eine fachwissenschaftliche Argumentation – und dies wohlwollend verständlich.

Ganz praktisch und ohne theoretisch-abstrakte „Metadiskussionen“ sind in dieser Anleitung der Körperbezug und die Emotionalität des Anwenders mit einbezogen. Die theoretischen Begründungen sind auf ein Minimum beschränkt, obgleich wichtige medizinische Zusammenhänge präzise und anschaulich – oft mithilfe von Grafiken und Schaubildern – verdeutlicht werden. In das Manual sind die langjährigen Erfahrungen der beiden Autoren als Gesundheitslehrer eingeflossen. Zur Verbesserung der subjektiven Stresskompetenz kann diese Anleitung wärmstens empfohlen werden – nur die praktische Umsetzung kann einem das Buch nicht abnehmen.

Prof. Dr. Michael Utsch
Evangelische Zentralstelle für
Weltanschauungsfragen (EZW)

**Konfessionslos glücklich.
Auf dem Weg zu einem religions-
transzendenten Christentum**



Hans-Martin Barth
€ 19,99, 272 S.
Gütersloh 2013
Gütersloher
Verlagshaus

ISBN: 978-3-57908161-8

Hans-Martin Barth gehört zu den Theologie-Professoren, die die Zeit nach ihrer Emeritierung nutzen, aktuelle Themen in größerer Freiheit zu durchdenken, als ihnen das vorher möglich war. So handelte es sich bei seiner 2001 erschienenen Dogmatik z. B. um den weltweit ersten Versuch, die Themen des christlichen Glaubens im Vergleich mit den großen Weltreligionen (Judentum, Islam, Hinduismus, Buddhismus) darzustellen.

In seinem neuen Buch überschreitet er den Horizont der wahrnehmbaren Religionen und widmet sein Augenmerk dem Phänomen der Areligiösität. 15 % der Weltbevölkerung ist seiner Meinung nach heute als areligiös einzuschätzen, wobei die Länder Westeuropas – und besonders die protestantischen Regionen – mit großem Abstand den Spitzenplatz einnehmen. Die Kirchen können natürlich versuchen, diese Entwicklung mit (missionarischen) Programmen aller Art zu stoppen und versuchen, die Menschen wieder an christliche Inhalte heranzuführen. Der Autor macht aber keinen Hehl daraus, dass er diesen „konservativen Antworten“ (S. 19) keine große Wirkung zutraut. Deshalb plädiert er leidenschaftlich für einen anderen Weg: Kirche solle sich ändern. Sie soll auf die neuen Kontexte zugehen, sie „muss mehrsprachig werden“. Die „Möglichkeiten nichtreligiöser Sprache für die Verkündigung“ müssen ausgelotet werden, das sakramentale und liturgische Handeln sind weiterzuentwickeln. Auf organisatorischer Ebene sollten Modelle einer differenzierten Mitgliedschaft oder eines „multiple belonging“ möglich werden (S. 118f.).

Zu diesen Ergebnissen kommt er, nachdem er im ersten Teil seines Buches die Thesen und Argumente von Religionsgeschichte, Philosophie, Soziologie, Hirn- und Kognitionsforschung sorg-

fältig recherchiert und dargestellt hat. Dass der Mensch nicht naturgegeben religiös sein muss, hält er fest. Dass Areligiösität nicht nur negativ ist, sondern sich eventuell sogar für die Weiterentwicklung des Christentums als sehr fruchtbar erweisen könnte, ebenso. Der Autor fragt, ob „der europäische Sonderweg in Sachen Religion als Art welthistorisches Pilotprojekt anzusehen ist“ (S. 96).

Im zweiten Teil des Buches versucht er seine Forderungen für die Bereiche Sprache, Sakramente und Mitgliedschaft zu konkretisieren, nachdem er sich zuvor noch mit Wegbereitern seiner Thesen, wie z. B. Dietrich Bonhoeffer, Paul Tillich, Dorothee Sölle oder Karl Barth, auseinandersetzt. Eindringlich fordert er ein interessiertes, empathisches, selbstkritisches und dialogbereites Zugehen auf „areligiöse Partner“ auf allen Ebenen der Kirche: „Überschneidungszonen sind einzurichten.“ (S. 218) Pfarrer(innen) sollten sich nicht nur als Betreuer ihrer Restgemeinden verstehen, sondern als Vorboten eines „religionstranszenten Christentums“.

Da er für eine offene, an den Rändern atemde/durchlässige Kirche plädiert, fordert Barth, die Taufe nicht mehr in dieser Ausschließlichkeit als Bedingung für die Mitgliedschaft in der Kirche zu setzen, sondern als Siegel der Dazugehörigkeit. Die Taufe als Bedingung für die Übernahme eines Arbeitsplatzes in der Diakonie zu fordern, hält er für „unwürdig und untragbar“ (S. 205). Ebenso solle das Abendmahl für Nichtgläubige geöffnet werden, um seine spirituelle Dimension herauszustellen und es als Gabe an uns Menschen deutlich werden zu lassen. Barth erhofft sich von solchen Maßnahmen eine glaubwürdigere und gastfreundlichere Kirche: „Man kann kommen, und man kann gehen.“ Das formale Mitgliedschaftsdenken werde den Zwischenstufen, die das Leben erforderlich macht, nicht gerecht.

Das vorliegende Buch ist ein eindringliches Plädoyer dafür, dass die schonungslose Wahrnehmung und Analyse des (areligiösen) Kontextes, in dem Christen und Kirche heute in Westeuropa leben, noch konsequenter geschehen muss. Vermutlich gilt dies auch, wenn wir im Rahmen der Evangelischen Erwachsenenbildung über neue Konzepte religiöser Bildung nachdenken. Zuzustimmen ist auch der Forderung des Autors, die Blickrichtung zu ändern. Nicht wie ein Mensch christlich werden kann, sondern die umgekehrte Frage ist entscheidend: Wie kann das Evangelium von Christus unter areligiösen Menschen auf Resonanz stoßen. Es ist folgerichtig, dass Barth vor der Forderung nach der „Entkonditionalisierung“

(S. 217) der Sakramente nicht zurückschreckt – um Kirche gastfreundlicher zu machen. Hier dürfte vermutlich der größte Widerstand aus den Kirchen(leitungen) zu erwarten sein.

Trotzdem hätte es dem Buch gutgetan, wenn bereits vorhandene wegweisende Beispiele in den Kirchen stärker einbezogen worden wären. Ich denke an viele dialogisch, interaktiv orientierte Veranstaltungsformate, in denen Menschen selbst zu Wort kommen und ihre Meinung und Haltung zum Thema Religion artikulieren und ausloten (wie z. B. die kleinen und großen Kirchentage, die Konfi-Camps, Podiumsdiskussionen, Bibliodramakurse, Trauercafés, interaktive Kirchenführungen u. v. m.). Auch spielt z. B. die Kirchenmitgliedschaft für die Teilnahme an vielen Veranstaltungen in und außerhalb der Gemeinden keine Rolle. Sogar viele Abendmahlsfeiern werden so gestaltet, dass all die eingeladen sind, die sich von Christus in diesem Kontext einladen lassen.

Es muss also nicht alles neu erfunden werden nach der Lektüre dieses Buches. Hans-Martin Barth empfiehlt der Kirche jedoch eine Richtung. Wenn er recht hat, haben solche Formate, wie sie die Evangelische Erwachsenenbildung in die Kirche einbringt, Zukunft. Mehr noch, sie sind dringend notwendig, um heute in unserem Kontext glaubwürdige Kirche sein zu können.

Antje Rösener

Ev. Erwachsenenbildungswerk Westfalen
und Lippe e.V.

Termine

Termin / Veranstaltungsort	Veranstaltung	Kontakt & Information
26.–28.03.2014 Berlin Johannesstift	Medienbörse Film 2014 Filmbörse der konfessionellen Medienzentralen im deutschsprachigen Raum. Gesichtet werden ca. 35 neue Kurzfilme und Multimediatitel, die für den Bedarf der Medieneinrichtungen relevant sind.	http://evangelische-medienzentralen.de http://www.muk.erzbistum-muenchen.de/mb/
27.–29.03.2014 Bielefeld Stadthalle	4. Christlicher Gesundheitskongress: Heilen und begleiten – Zukunft gestalten Forum für Christen in begleitenden und heilenden Diensten aus Gesundheitswesen, Kirche und Gesellschaft. Plenumsveranstaltungen mit Referenten aus Politik, Medizin, Pflege und Theologie. 60 Seminare, Fachausstellung, Verleihung des Christlichen Gesundheitspreises u. v. m.	Christlicher Gesundheitskongress Bergstraße 25, 21521 Aumühle E-Mail: info@christlicher-gesundheitskongress.de www.christlicher-gesundheitskongress.de
09.04.2014 Düsseldorf FFFZ	Suchet der Stadt Bestes. 20 Jahre soziale Netzwerkarbeit in NRW Seit 1993 sind in Nordrhein-Westfalen soziale Netzwerke für ältere Menschen im Stadtteil entstanden. Im Rahmen der Fachtagung sollen die Erfahrungen mit der Netzwerkarbeit zusammengetragen und Perspektiven für die Zukunft dieses Ansatzes entwickelt werden.	Ev. Erwachsenenbildungswerk Nordrhein, Gerrit Heetderks Tel.: 0211 3610-220 E-Mail: info@eeb-nordrhein.de Kosten: 50.– € / 25.– €
10.04.2014 Frankfurt a. M. Hoffmanns Höfe	Fachtag „Schöne neue Medienwelt“ Mediengesellschaft entwickelt sich rasant weiter, aber was passiert da genau? Wie verändert die digitale Welt unser Denken und Lernen? Wie beeinflusst sie unsere Kommunikation und unser Handeln? Zielgruppe: Haupt- und Ehrenamtliche in der Bildungsarbeit, Gemeindepädagoginnen/pädagogen, Pfarrer/innen	Zentrum Bildung der EKHN Erwachsenenbildung und Familienbildung, Darmstadt, Gunter Böhmer Tel.: 06151 6690190 E-Mail: ebfb.zb@ekhn-net.de Teilnahmegebühr: 45.– €
16.–18.05.2014 Gelnhausen	Playing Arts: „Spirituelle Garküche“ als gemeinschaftlicher (Selbst-) Bildungsraum Die Garküchen-Idee stammt von den vielfältigen Essenständen in den lebendigen Straßen Bangkoks. Die Geschmacksvielfalt zwischen Gewohntem und Gewagtem wird zur Grundlage für eine Herangehensweise an Bildung und Selbstbildung. Inzwischen wird das gemeinsame Zubereiten und Erschmecken von Speisen in innovativen Bildungsansätzen als wesentliche Form von Lernen und Leben für alle Generationen wiederentdeckt. In der spirituellen Garküche verbinden sich die Aspekte Nahrung und Nähe mit Geschmacksproben verschiedener medialer Ebenen. Dabei ist Spiritualität in dem Ungeplanten wie im Ritualen zu finden.	Bundesakademie für Kirche und Diakonie Anmeldung: Ulrike Jaros Tel.: 030 48837467 Kosten: 120.– € zzgl. Ü/V Anmeldeschluss: 15.04.2014 www.bundesakademie-kd.de www.playing-arts.de
19.–21.05.2014 Wittenberg	Jahrestagung der Evangelischen Konferenz für Familien- und Lebensberatung (EKFuL) Sechs Arbeitsgruppen, beschäftigen sich praxisnah mit Aspekten der psychologischen Beratung moderner Familien. Podiumsdiskussion der EKD-Orientierungshilfe „Zwischen Autonomie und Angewiesenheit – Familie als verlässliche Gemeinschaft stärken“.	EKFuL Ziegelstraße 30, 10117 Berlin Tel.: 030 5213559-39 http://www.ekful.de/
23.–24.06.2014 Berlin Alte Mälzerei in Berlin-Friedrichshain	Auftaktveranstaltung des Forums Familienbildung in der eaf „Frühe Hilfen in der Familienbildung“	www.eaf-bund.de Ansprechpartnerin: Ulrike Stephan, Referentin Forum Familienbildung E-Mail: stephan@eaf-bund.de

Termin / Veranstaltungsort	Veranstaltung	Kontakt & Information
23.–24.06.2014 Tutzing	Tagung „Zusammenarbeit 2.0 – Wie Wissensproduktion die Arbeit verändert“ Neue Formen des Wissensmanagements setzen Firmen unter Veränderungsdruck. Ersetzt Schwarmintelligenz die betriebliche Hierarchie? Ist Crowdsourcing im Betrieb möglich? Welche Zwänge bringt die neue Freiheit des Enterprise 2.0 mit sich?	Evangelische Akademie Tutzing Tel.: 08158 251-0 E-Mail: info@ev-akademie-tutzing.de
Start 07.–10.07.2014 Mainz	Weiterbildung „Projektentwickler/-in für BürgerWindGenossenschaften“ (Zertifikatskurs) Gründung einer Genossenschaft mit dem Geschäftsfeld Windenergie. Sie lernen, wie Sie eine Genossenschaft mit einem schlüssigen wirtschaftlichen, technischen, ökologischen und sozialen Konzept auf den Weg bringen. Sie erwerben ein praxisbezogenes Wissen, wie Sie als Genossenschaft Windkraftanlagen entwickeln und betreiben: von den wesentlichen technischen, wirtschaftlichen und rechtlichen Aspekten bis hin zur Bürgerbeteiligung. 10 Seminartage (4 – 3 – 3 Tage), 2 Online-Lernphasen, 12 Module, Kolloquium und Zertifikat	„Netzwerk Energiewende Jetzt“ in der Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft der Evangelischen Kirche der Pfalz Anmeldung: Ingrid Spörl Tel.: 06341 98813 E-Mail: ingrid.spoerl@evkirchepfalz.de Kosten: 1.150,- € zzgl. 440,- € Tagungsverpflegungskosten für 10 Seminartage
16.07.–10.08.2014 Schwäbisch Gmünd	Festival Europäische Kirchenmusik 2014 International hochkarätig besetzte Konzerte widmen sich einem weit gespannten Repertoire von der Gregorianik über mittelalterliche Musik und klassische Oratorien bis zur zeitgenössischen Musik, von Orgelkonzerten über Stummfilm bis zu Lesekonzerten und zu einer Theaterperformance. Meisterkurse, Künstlergespräche und festliche Gottesdienste ergänzen die 23 Konzerte.	Festival Europäische Kirchenmusik Waisenhausgasse 1–3 73525 Schwäbisch Gmünd Tel.: 07171 6034110 www.kirchenmusik-festival.de
04.–14.08.2014	Israelreise Erleben des antiken, biblischen und modernen Israel und seiner wunderbaren Natur – eine außergewöhnliche Reise	Evangelische Akademie im Saarland Elke Wieja Tel.: 0211 7185058 E-Mail: elke.wieja@t-online.de
26.–28.09.2014 Ebernbach bei Bad Münster am Stein	Liberaler Frömmigkeit? Spiritualität in der säkularen und multireligiösen Gesellschaft Liberalen Christen, die die Bibel historisch-kritisch untersuchen, wird oft die Frömmigkeit abgesprochen. Aber wie kann eine Spiritualität aussehen, die Herz und Verstand verbindet – in einer Gesellschaft, in der einerseits mehrheitlich Religion nur eine untergeordnete Rolle spielt und andererseits der religiöse Pluralismus zunimmt? Dieser Herausforderung wird sich die Tagung des Bundes für Freies Christentum, der Evangelischen Akademie der Pfalz und der Evangelischen Erwachsenenbildung Worms-Wonnegau stellen.	Evang. Akademie der Pfalz Tel.: 06341 9689030 E-Mail: info@eapfalz.de oder Evang. Erwachsenenbildung Worms-Wonnegau Tel.: 06241 87970, E-Mail: ev.erwachsenenbildung@t-online.de Kosten: 193,- / 177,- €

Nehmen Sie sich selbst Zeit für Bildung im Erwachsenenalter!

Nehmen Sie sich Lesezeit, um Ihr Berufsleben zu bereichern, um neue Fragen kennenzulernen, sich alte Antworten in Erinnerung zu rufen und um kontrovers zu bleiben.

Unsere Empfehlung:

Ein Jahres-Abo für jeweils vier Ausgaben von „forum erwachsenenbildung“ inklusive Zugang zum Fachzeitschriftenportal wbv-journals.de für zielgerichtetes Lesen, digitale Recherche und Downloads.



Und bringen Sie uns auf Ideen!

Wir laden Sie ein, sich einzumischen in unser „forum“. Schreiben Sie uns Ihre Tipps und Hinweise, kommentieren Sie einzelne Beiträge oder bieten Sie selbst einen Beitrag zur Veröffentlichung an.

Kontakt:

Frau Jönke Hacker, hacker@comenius.de

Wir sind gespannt auf Ihre Sichtweise und antworten gern!

Die nächsten Themen:

Heft 2/2014 (erscheint Juni 2014)

Politische Bildung im Erwachsenenalter

Heft 3/2014 (erscheint September 2014)

Persönlichkeitsbildung – Natürlich! – Oder?

Heft 4/2014 (erscheint Dezember 2014)

Resonanzen musikalischer Bildung

Impressum

forum erwachsenenbildung

profiliert – kompetent – evangelisch

47. Jahrgang, Heft 1/2014

ISSN 1433-769X, Best.-Nr.: FEB_01/2014

ISBN 978-3-7639-5339-4

DOI digitale Ausgabe 10.3278/FEB1401W

Herausgegeben von der

Deutschen Evangelischen Arbeitsgemeinschaft für
Erwachsenenbildung e.V. (DEAE)
Heinrich-Hoffmann-Str. 3, 60528 Frankfurt am Main
Tel.: 069 67869668-307, Fax: -311
E-Mail: info@deae.de
www.deae.de

in Zusammenarbeit mit dem

Comenius-Institut

Evangelische Arbeitsstätte für Erziehungswissenschaften e.V.
Schreiberstraße 12, 48149 Münster
Tel.: 0251 98101-0, Fax: -50
E-Mail: info@comenius.de
www.comenius.de

„forum erwachsenenbildung“ führt die bis 1996 erschienene Zeitschrift „Nachrichtendienst“ in veränderter Gestalt fort und ist Mitglied im Gemeinschaftswerk Evangelischer Publizistik GmbH.

Redaktionsbeirat: Martin Becher/Bad Alexandersbad, Gerrit Heetderks/Düsseldorf, Petra Herre/Königswinter, Dr. Ulrike Heuer/Bremen, Dr. Karin Jurczyk/München, Karola Büchel/Mainz, Dr. Hans Jürgen Luibl/Erlangen, Dr. Gertrud Wolf/Frankfurt

Redaktion und Schriftleitung: Dr. Steffen Kleint

Lektorat: Dr. Alwin Letzkus

Satz: KCS GmbH · Verlagsservice & Medienproduktion, Stelle/Hamburg

Herstellung, Verlag und Vertrieb:

W. Bertelsmann Verlag GmbH & Co. KG
Auf dem Esch 4, 33619 Bielefeld

Leserservice:

Tel.: 0521 91101-12, Fax: -19

E-Mail: service@wbv.de

Internet: wbv.de, wbv-journals.de

© 2014 W. Bertelsmann Verlag GmbH & Co. KG, Bielefeld

Bezugsbedingungen für Jahresabonnement (4 Ausgaben) der forum erwachsenenbildung: € 25,- (zzgl. Versandkosten); ermäßigtes Abonnement für Studierende € 20,- (zzgl. Versandkosten), bitte gültige Studienbescheinigung beilegen. Das Abonnement läuft bis auf Widerruf, zumindest jedoch für ein Kalenderjahr. Die Kündigungsfrist beträgt sechs Wochen zum Jahresende.

Einzelheft € 9,90 (zzgl. Versandkosten)

Bildnachweise:

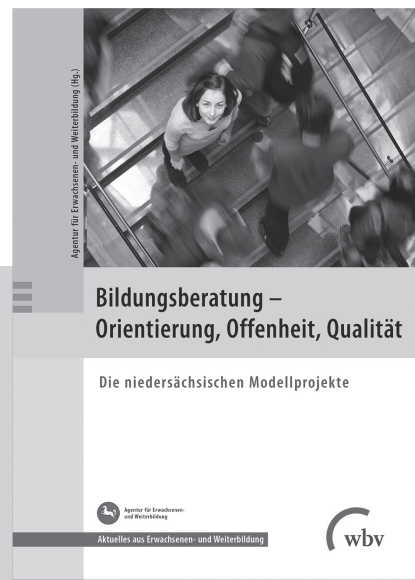
© Sergey Peterman/Shutterstock: Titelbild, S. 4, S. 15, © Kali Nine LLC – iStock.com: S. 6, © Dieter Schütz/pixelio: S. 7, © Karl-Heinz Bittl: S. 9, S. 10, © Rüdiger Maschwitz: S. 11, S. 12, © Dagmar Spelsberg: S. 14, © Nordener Bibelfliesenteam: S. 16, S. 17, © Andrea Damm/pixelio: S. 20, © Bernd Kasper/pixelio: S. 21, © Elke Salzer/pixelio: S. 23, © Henrik G. Vogel/pixelio: S. 25, © alf loidl/pixelio: S. 28, © D. Braun/pixelio: S. 29, © Totti Klonus/pixelio: S. 30, © Rainer Sturm/pixelio: S. 31, S. 35, © Jeanette Dietl – Fotolia.com: S. 33, © Petra Bork/pixelio: S. 35, © Ruth Rudolph/pixelio: S. 36, © Thommy Weiss/pixelio: S. 37, © Matthias Pätzold/pixelio: S. 38, © Monika Sander/pixelio: S. 41, © Rainer Sörgel: S. 42, S. 43, S. 44, © Gertrud Wolf: S. 48, S. 49.

Bildungs- beratung

Erfahrungen aus acht Modellstandorten

Die Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung begleitet ein landesweites Netzwerk mit Modellprojekten zur offenen Bildungsberatung in Niedersachsen. Im Fokus stehen die Evaluation der Beratungsstellen, ihre Entwicklung und die Qualität von Bildungsberatung.

Der Band stellt exemplarisch die Erfahrungen aus acht Modellstandorten nach einem einheitlichen Schema vor. Ergänzend werden Vorschläge für einen Qualitätsrahmen für die Bildungsberatung formuliert.



Agentur für Erwachsenen- und
Weiterbildung (HrG.)

Bildungsberatung – Orientie- rung, Offenheit, Qualität

Die niedersächsischen Modellprojekte

Aktuelles aus Erwachsenen- und
Weiterbildung, 2

2013, 169 S., 24,90 € (D)

ISBN 978-3-7639-5319-6

Auch als E-Book erhältlich

wbv.de



W. Bertelsmann Verlag

service@wbv.de | wbv.de | wbv-journals.de | wbv-open-access.de



methoden-kartothek.de

Spielend Seminare planen

Das Online-Tool zur Seminarplanung
– mit Begleitmaterial!

- Über das Internet von überall aus erreichbar
– ob im Büro, zu Hause oder im Hotel.
- Mit Empfehlungsfunktion! Das Online-Tool zeigt per Mausklick, welche Methoden am besten zu Ihrem Seminar passen.
- Immer griffbereit: Praxisnahe Beschreibungen der Methoden erhalten Sie in einem hochwertigen Ordner.

methoden-kartothek.de

Spielend

Seminare

planen

Ulrich Müller u.a.

methoden-kartothek.de

Spielend Seminare planen für
Weiterbildung, Training und Schule

2012, 249,- € (D)

zzgl. Abonnement für die Nutzung
des Online-Tools: 24 €/Jahr
(im ersten Jahr kostenfrei)

ISBN 978-3-7639-4985-4

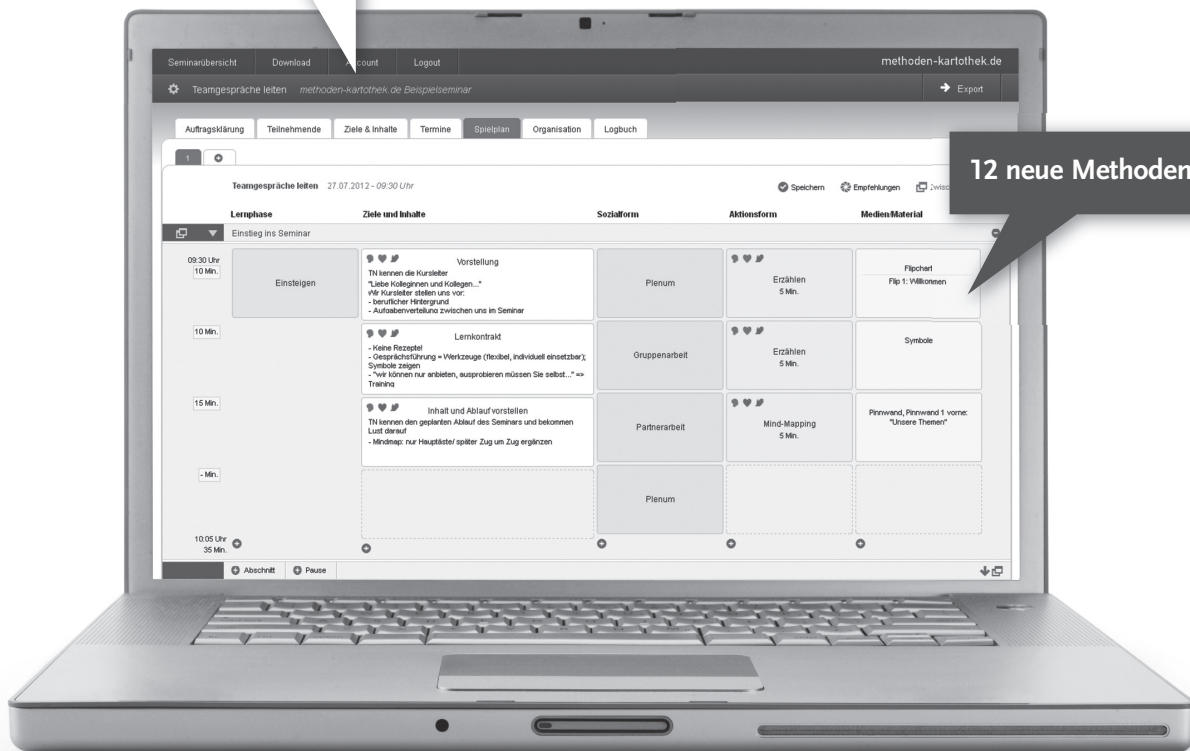
Kostenloser Demozugang unter
methoden-kartothek.de

NEU

Die Sharing-Funktionen ermöglichen
die Bearbeitung von Seminaren im
Team.

methoden-kartothek.de

12 neue Methoden



W. Bertelsmann Verlag

service@wbv.de | wbv.de | wbv-journals.de | wbv-open-access.de

