

Supervision in der Natur, geht das?

Und was ist, wenn es regnet?

Abschlussarbeit

der Ergänzungsweiterbildung in Systemischer Supervision
am Berliner Institut für Familientherapie und Fortbildung BIF e.V.

Oktober 2012- März 2014

Una Quive
Retzbacher Weg 12
13189 Berlin
u.quive@t-online.de

Inhalt

1 Einleitung

2 Mein Vorgehen

2.1 Supervision und Natur im Internet

Mailing-Liste der Systemischen Gesellschaft SG

Mailanfrage an das Netzwerk Bewegendes Coaching

Studien zum Thema Bewegung und Lernen

2.2 Supervision und Natur in der Literatur

3 Inspiration durch Topografie

4 Welche Möglichkeiten gibt es – naturverbundenes Arbeiten in Supervision und Coaching anhand von Beispielen

Bewegung / Gehen

Fragen

Symbole / Naturmaterialien

Skulpturen / Aufstellungen

Naturphänomene

Orbionic

Metaphern

5 Ethische Leitlinien der Dachverbände DGSv, SG und DGSF

6 Schlussbemerkungen

7 Quellen

1. Einleitung

Im Rahmen meiner Ausbildung zur systemischen Supervisorin habe ich mich in der vorliegenden Arbeit der Frage zugewandt, ob und wie Supervision auch in Verbindung mit Bewegung und in der Natur angeboten wird.

Ich bin selber gern in der Natur. Ich wandere, betätige im Garten oder als Hobbyimkerin. Manchmal liege ich einfach nur in der Hängematte mit Blick in die Baumwipfel und den Himmel. Nach solchen Momenten fühle ich mich oft innerlich wie neu sortiert.

Auch in meiner früheren Tätigkeit in der ambulanten Begleitung von Menschen mit psychischen Störungen habe ich immer wieder bemerkt, wie entlastend ein Spaziergang sein kann oder wie sich eher schweigsame Menschen beim gemeinsamen Gehen und Beobachten der Umgebung doch für ein Gespräch öffnen konnten.

Bewegung, Licht und frische Luft wirken gegen Depressionen oder Erschöpfung. Das ist allgemein bekannt.

Berufstätige verbringen heute viel Zeit im Sitzen und in geschlossenen Räumen. Viele Tätigkeiten beinhalten die Arbeit vor einem Computerbildschirm. In Auto, Bus oder Bahn sitzend fahren wir von einem Termin zum nächsten und jahreszeitlich bedingt bekommen wir mitunter vom Tageslicht auch nicht mehr viel mit. Psychische und Physische Beschwerden aufgrund belastender oder einseitiger Arbeitsbedingungen nehmen zu. Auch mich zwang vor einigen Jahren ein Bandscheibenleiden, meine berufliche Situation neu zu überdenken, da ich weiterhin aktiv am Leben teilnehmen wollte.

Also warum nicht in der Supervision, einem Beratungsformat, das uns u. a. eine Auszeit aus dem beruflichen Alltag bescheren soll und außerdem laut arbeitsmedizinischen Erkenntnissen eine wirksame Methode zur Erhaltung der psychischen Gesundheit in der Arbeitswelt ist (Bundesministerium für Arbeit und Soziales, 2011, S. 39) auch mal den üblichen räumlichen Rahmen verändern und hinaus ins Freie?

Seit Menschengedenken haben sich die Menschen in die Natur begeben, um Antworten auf sie beschäftigende Fragen zu finden und Kraft zu schöpfen. Ich möchte nur kurz erinnern an bedeutsame Bäume, die Gottheiten verkörperten oder unter denen Rat gehalten oder Recht gesprochen wurde. Auf den Gipfeln besonderer Berge hielt man Zeremonien ab, hinterlies Opfergaben oder überlies sie ganz den Göttern. In der Natur finden auch heute noch in anderen Kulturen Initiationsrituale statt, die die Beteiligten extrem herausfordern und ihnen dadurch ihre Stärken für den neuen Lebensabschnitt bewusst machen sollen. Jahrhunderte lang waren die Arbeitsabläufe der Menschen vor allem durch die Rahmenbedingungen der Natur geprägt.

In der industrialisierten Welt hat sich das stark gewandelt. Menschen mit einem beruflichen Beratungsbedarf suchen hierzulande eventuell einen Coach oder nehmen Supervision in Anspruch. Ich wage die Behauptung, dass je nach mehr oder weniger handlungsorientierter Ausrichtung des Coachs oder des Supervisors dabei doch überwiegend auf Stühlen in einem geschlossenen Raum gesessen wird. Oder doch nicht?

Als angehende systemische Supervisorin interessiert mich die Frage, ob die „Qualitäten“ der Natur, zu der wir Menschen ja als Teil derselben auch gehören, mit den Qualitäten der systemischen Supervision verbunden und für die Beratung in einem supervisorischen Prozess nutzbar gemacht werden können. Wenn wir Supervision als Methode zur Reflexion über die berufliche Aufgabe, aber auch als Mittel zur Gesunderhaltung der Teilnehmer betrachten, in der wir von einer Meta-Ebene und mit einer entsprechenden Distanz auf den beruflichen Alltag blicken, warum nicht tatsächlich einmal auf einen Berg gehen oder die gewohnten Räume verlassen und ganz im Sinne des Wortes aus anderen Blickwinkeln auf den Alltag schauen?

Deshalb habe ich mich auf die Suche gemacht nach solchen Beratungsformaten. Ich wollte wissen, ob und wie Supervisoren/Coachs mit mehr oder weniger Bewegung an der frischen Luft arbeiten und welche Erfahrungen sie damit machen. Sind sie mit den Leitlinien für Beratung und Supervision, wie sie z. B. vom Dachverband der Deutschen Gesellschaft für

Supervision DGSv erarbeitet wurden, zu vereinbaren? Für wen sind sie geeignet oder für wen auch nicht? Und was ist, wenn es regnet?

Die unregelmäßigen geschlechtlichen Formulierungen beziehen *natürlich* immer beide Geschlechter mit ein.

Umwege erhöhen die Ortskenntnis.

(Kurt Tucholsky)

2. Mein Vorgehen

Bei der Suche nach genaueren Informationen zu meiner Frage, habe ich die in den folgenden Absätzen aufgeführten Informationsquellen genutzt. Ich möchte festhalten, dass meine Ausführungen nicht den Ansprüchen einer wissenschaftlichen Studie entsprechen und in der Kürze dieser Arbeit nur exemplarisch und eine kleine Umschau sein können.

2.1. Supervision und Natur im Internet

Meine Recherche begann zunächst im Internet. Bei der Eingabe der Worte „Supervision und Natur“ gab es zwar viele Treffer, aber nur wenige führten mich zu Angeboten, die meiner Fragestellung entsprachen. Viele Ergebnisse boten erlebnispädagogisch geprägte Naturerlebnisse, spirituelle Sinnsuche in der Natur, Führungskräfte-, Team- und Organisationsentwicklung mit natursportlichen Anteilen im Outdoor an. Meist handelte es sich sogar um ganz- oder mehrtägige Events.

Mailing-Liste der Systemischen Gesellschaft (SG)

Die Systemische Gesellschaft, der Deutsche Verband für Systemische Forschung, Therapie, Supervision und Beratung e.V., bietet den Service einer Mailing-Liste an. Diese bezeichnet sich selbst als eine virtuelle „Praxisgemeinschaft“, in der mehr als 3000 Fachleute der systemischen Welt ihr Wissen und ihre Erfahrungen diskutieren, austauschen und vernetzen können. Sie ist auch bei der Suche nach bestimmten Themen oder Literatur hilfreich.

Ich veröffentlichte dort eine Anfrage. Beim ersten Versuch wurde meine Anfrage vom Moderator der Liste nicht zur Veröffentlichung zugelassen, da er mein Anliegen noch nicht verstanden hatte. Ich formulierte meine Fragen erneut:

Kennen Sie Supervisionskonzepte, welche die Natur in besonderer Weise in den Supervisionsprozess einbeziehen (nicht gemeint sind damit solche Formate wie Outdoor-Training oder teambildende Seminare z. B. mit Klettern oder Floß bauen)?

Haben Sie Erfahrungen in der Umsetzung solcher Konzepte?

Wo und wie beziehen Sie im Rahmen von Supervision/Coachings von Gruppen, Teams bzw. Einzelnen die Natur in den Prozess mit ein?

Wie gestalten Sie den Rahmen?

Wie wirkt sich die Einbeziehung der Natur auf den Prozess aus Ihrer Perspektive aus?

Kommen die Supervisanden zu anderen Einsichten?

Kommen Prozesse anders in Fluss?

Wie gelingt der Transfer der gewonnenen Einsichten in den Alltag?

Haben Sie schon einmal als Nutzer - sei es als Einzelner oder als Mitglied einer Gruppe/eines Teams - an Angeboten der beschriebenen Art teilgenommen?

Welche Erfahrungen haben Sie damit gemacht?

Was haben Sie als positiv erlebt?

Was war störend oder schwierig?

Haben Sie kritische Gedanken zu der Art solcher Angebote?

Über Ihre persönlichen Erfahrungsberichte hinausgehend freue ich mich auch über einschlägige Literaturhinweise zum Thema und bin für jede Anregung dankbar.

Nach der Veröffentlichung erhielt ich neun Rückmeldungen. Bei den Rückmeldungen handelte es sich um drei Anbieter und zwei Nutzer, die von

den positiven Auswirkungen der naturverbundenen Supervision bereits überzeugt waren. Weitere vier Rückmeldungen beinhalteten Anregungen bzw. Literaturempfehlungen oder den Wunsch, sich weitergehend zum Thema auszutauschen.

Mailanfrage an das Netzwerk Bewegendes Coaching

Bei meiner weiteren Recherche im Internet stieß ich auf das Netzwerk Bewegendes Coaching. Es handelt sich um einen Zusammenschluss von Beratern und Beraterinnen, die Bewegung und Natur in ihre Arbeit mit einbeziehen um Veränderungs- und Entwicklungsprozesse zu unterstützen. Ich stellte auch dort meine Fragen und erhielt zwei Rückmeldungen von Beraterinnen, die naturverbunden arbeiten. Einige der dort vernetzten Beraterinnen habe ich im Kapitel Quellen aufgeführt. Eine Beraterin aus Berlin bot mir ein persönliches Treffen an, um mir ihre Arbeitsweise ganz praktisch vorzustellen.

Studien zu Natur - Bewegung - Lernen

Es ist heute kein Geheimnis mehr, dass körperliche Aktivität für unsere Gesundheit wichtig ist. Bewegung führt zu einer Ausschüttung wichtiger Botenstoffe (Dopamin, Noradrenalin, Serotonin) im Gehirn. Diese steigern das Wohlbefinden und das Selbstvertrauen, mindern Ängste und erhöhen wiederum die Motivation zu weiteren Aktivitäten. Eine Studie der Bundesregierung in Verbindung mit dem Deutschen Wanderverband bestätigt dies. Durch Gehen in der Natur wird akuter Stress abgebaut und das geistige Leistungsvermögen gesteigert (Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie, 2010, Kapitel 10, S. 114). Ebenfalls initiiert vom Deutschen Wanderverband wurde eine Studie zur Wirksamkeit des Wanderns als gesundheitliches Präventionsangebot (Pressemitteilung Deutscher Wanderverband, 2012).

Es gibt auch Forschung zum Thema Lernen und Bewegung bei Kindern, die besagt, dass sich das Erleben von Bewegungsfreiräumen positiv auf die Lernbereitschaft und Konzentrationsfähigkeit von Kindern auswirkt (Langzeitstudie Universität Bayreuth).

Also warum nicht diese Aspekte in einem Beratungssetting nutzen?

Konkrete Forschungsergebnisse oder Studien, die besagen, dass Supervision besser funktioniert, wenn sie aktiv und draußen stattfindet, habe ich nicht gefunden.

Bezogen auf Supervision stehen mir lediglich einige Antworten auf meine oben erwähnten Fragen aus der Mailing-Liste und dem Netzwerk Bewegendes Coaching zur Verfügung:

Wie wirkt sich die Einbeziehung der Natur auf den Prozess aus ihrer Perspektive aus?

„Die Teilnehmer bzw. Klienten bekommen Platz, sie reden so schnell wie sie gehen, sie bleiben stehen, man kann jederzeit die Richtung wechseln, die Aufmerksamkeit lenken, sie können sich „leer reden“, sie bewegen sich, die Natur beruhigt, es ist still, lebendige Vielfalt ist vorhanden, die Natur wirkt, die Menschen öffnen sich, lassen sich berühren von der Natur, usw. Sie finden relativ schnell und leicht zu ganz neuen Lösungsansätzen“.

„Allein das Draußen-Sein und sich in der Natur bewegen schafft Räume, in denen Themen oft klarer werden. Für mich bietet die Natur viele Bilder und Metaphern, die ich gut zur Reflexion und für persönliche Einsichten nutzen kann. Hilfreich dabei ist ein Fokus, mit dem man losgeht“.

Kommen die Supervisanden zu anderen Einsichten?

„Diese Frage kann ich eigentlich nur verneinen, da ich zwar die Erfahrung gemacht habe, dass meine Klienten/Supervisanden zu vielen Einsichten und Lösungsideen kommen, dies aber in der freien Natur nicht häufiger passiert.“

„Vieles relativiert sich, sie nehmen eine andere Perspektive ein, Wesentliches wird fühl- und erlebbar, manchmal löst sich das Thema komplett auf und ist weg“.

Kommt der Prozess besser in Fluss?

„Ja, der Prozess bekommt bei der Bereitschaft zur Arbeit in der freien Natur eine andere Qualität. Ein sich "Einlassen" und die Qualität der Beratungsbeziehung scheint mir allein durch die Bereitschaft das Setting zu verändern und damit von einer anderen Qualität geprägt zu sein.“

„Ja, besser, weil man sich bewegt, weil man leichter aus dem Problem-Kontext treten kann, weil man sich nicht gegenüber sitzt, sondern gemeinsam geht, Schweigen ist völlig unbelastet bzw. wünschenswert, die Klienten fühlen sich freier, man bewegt sich auf neutralem Boden = Natur“.

Dem Gehenden schiebt sich der Weg unter die Füße.

(Martin Walser)

2.2. Supervision und Natur in der Literatur

Es gestaltete sich schwieriger als erwartet in der Literatur Hinweise zu finden. In einem Buch fand ich ganz am Schluss ein Kapitel „Naturverbundenes Arbeiten in der Supervision“. Das Buch will mit einer Sammlung von Beiträgen aus der systemischen und handlungsorientierten Prozessbegleitung der Arbeit in Naturräumen mehr Aufmerksamkeit schenken. Es bezieht sich dabei stark auf erlebnispädagogische Handlungsfelder. Im Kapitel über Supervision beschreiben die Autoren konkrete Supervisionssequenzen und -prozesse mit Teams oder Einzelnen aus ihrer eigenen Beratungspraxis (Lindenthaler/Lindenthaler, 2012).

Tatsächlich finden sich in der Literatur eher in den angrenzenden Bereichen der Erlebnispädagogik und der Outdoortraining- bzw. Outdoorseminarbranche Hinweise auf naturverbundenes Arbeiten. In der Fachliteratur zu Supervision habe ich nichts entsprechendes finden können. Zu Führungskräftecoaching oder zur Förderung von Team- und Organisationsentwicklungsprozessen in Verbindung mit natursportlichen Elementen wie Klettern, Kajaking, Bogenschießen etc. gibt es wiederum unzählige Publikationen. In einige habe ich im Zuge meiner Recherche hineingelesen.

Aus dem breiten Spektrum der Erlebnispädagogik widmete z. B. die Internationale Zeitschrift für Handlungsorientiertes Lernen „erleben und lernen“ (e&l) dem Thema „Coaching als Erlebnis“ 2007 ein Themenheft mit verschiedenen Autorenbeiträgen. Dr. Molan-Grinner berichtet darin u. a. über

seine Erfahrungen und Gedanken zur Arbeit in der Natur. In Anlehnung an Paul Watzlawicks Erkenntnisse zur menschlichen Kommunikation (analoge und digitale Kommunikation), bezeichnet er die Natur als „analogen Lernraum, der wie ein Spiegel alle Themen und Anliegen des Coachee abbildet. „Ich kann ...nicht nicht mit der Natur kommunizieren. Wenn ich in der Natur bin, findet ein Austausch mit dieser statt, vor allem unbewusst.“ Aus systemischer Sicht könne die Natur als Beziehungsbegriff angesehen werden, sie ist „kein Objekt, sondern das Produkt von Beziehungen“ (e&l, 1/2007, S. 8).

In der gleichen Zeitschrift fand ich einen Artikel, in dem Christoph Estermann unter dem Begriff „Orbionic“ Naturvorbilder für den Bereich Coaching, sowie Organisations- und Teamentwicklung näher betrachtet (e&l, 1/2007, S.22).

Im angrenzenden Bereich der Psychotherapie fand ich bei Astrid Habiba Kreszmeier interessante Überlegungen zur systemischen Naturtherapie. Im Vorwort wird gesagt, dass wir in der Beziehung zur Natur für den Menschen Grundlegendes ganz abstrakt erfahren können. „Abstraktion bedeutet ja Vereinfachung. Und es ist einfach, zu begreifen, das der Widerstand der Erde nicht persönlich gemeint ist ... sondern dass er einfach ist...Erfahrungen dieser Art lassen irgendwann auch größere Zusammenhänge erahnen, erkennen.“ (Kreszmeier, 2008). Auch in der Supervision soll es ja mitunter um Vereinfachung der Komplexität gehen.

Die von mir durchgesehene Literatur habe ich in den Quellen aufgelistet.

Was die Raupe Ende der Welt nennt, nennt der Rest der Welt Schmetterling.

(Laotse)

3. Inspiration durch Topografie

Ebenfalls Kreszmeier berichtet über die besondere Wirkung und metaphorische Bedeutung bestimmter Landschaften. Sie unterscheidet dabei zwischen der Bergwelt mit der Alp im Besonderen, dem Wald, Meer- und Küstenlandschaften, Quellen, Seen und Flussgebieten und der Wüste. Sehr ausführlich beschreibt sie die verschiedenen Landschaften mit ihren metaphorischen Verknüpfungen, historischen Geschichten, Mythen, Sagen und Widersprüchen, sowie dem, was sie im Menschen auslösen können (Kreszmeier, 2008, S. 118). So weist sie z. B. auf die Schwierigkeit hin, mit Aufstellungen in Meeresnähe, an schnell fließenden Gewässern oder auf Hochplateaus zu arbeiten, da es sich um Räume mit abfließendem und durchströmendem Charakter handelt, der es den Stellvertretern erschwert, konzentriert in ihrer Rollenwahrnehmung zu bleiben. Hier können Plätze, die eine „natürliche Einrahmung haben“, wie Waldlichtungen oder geschützte Buchten besser geeignet sein (ebd. S.172).

Mit dem Wald z. B. verbinden wir häufig Dunkelheit, Geheimnisse oder unsichtbare, fremde Wesen. Er ist uns aus den Märchen bekannt, als Ort, in dem die Hexe wohnt oder der böse Wolf. Im Wald kann man sich leicht verirren oder wilde Tiere können uns gefährlich werden. Man kann sich aber auch im Wald zurückziehen, er bietet Schutz und Versteck im Unterholz. Er spendete uns in früheren Zeiten ganz existenzielle Dinge wie Feuerholz, Nahrung und Baumaterial.

*"Der Mensch besieht sein Spiegelbild nicht im fließenden,
sondern im stillen Wasser."*

(Dschuang Dsi)

4. Welche Möglichkeiten gibt es – naturverbundenes Arbeiten in Coaching oder Supervision anhand von Beispielen

Dieses Kapitel ist eine kleine unsystematische Ansammlung von Methoden, Settings oder Anregungen, die mir während der Beschäftigung mit der Frage, ob Supervision auch in der Natur möglich ist, begegneten.

Bewegung - Gehen

Wandern, Joggen, Walken, Spazieren, die Outdoorbranche boomt. Für immer mehr Menschen ist der Weg das Ziel. Beim Gehen kommen unsere Glieder in Bewegung, aber auch unser Gehirn. Es muss die Bewegungsabläufe koordinieren und den Gegebenheiten der Umgebung anpassen. Dazu öffnen wir alle Sinneskanäle zur Wahrnehmung der Umgebung. Wer hat es nicht schon einmal erlebt, wie belebend aber auch inspirierend ein Spaziergang sein kann.

Ein Supervisor, der mir in der Mailing-Liste antwortete, nutzt es vor allem in Einzelsupervisionen. So geht er mit seinen Kunden schon mal auf einen Berg, um von oben auf Problem und mögliche Lösungen zu schauen. Er sieht das Gehen oder Wandern als ein Sinnbild für Veränderung und Fortschritt. Tatsächlich verändern wir ja unseren Standort und wenn wir um uns schauen, sehen wir etwas anderes als am vorigen Platz. „Kein Sturm, kein Regen und natürlich möglichst keine große Menge von Mitmenschen sollten diese Gedankenreise begleiten. Nicht auf alle Klienten passt das. Es wird vorher von mir erfragt und oft als ein Versuch deklariert. Manche fordern das dann im weiteren Verlauf regelrecht ein. Abgesehen davon macht es sicherlich den Klienten und insbesondere mir Spaß auch eine Musterunterbrechung zu begehen und einfach mal aus dem gefangenen Raum auszubrechen“, berichtet er.

Das Wetter ist für eine andere Beraterin der Liste kein Ausschlussgrund: „Egal ob wir mit Einzelnen, Gruppen oder Großgruppen arbeiten, wir gehen mit unseren Teilnehmern immer raus, auch bei Regen, Kälte, etc.“.

Ein anderer systemischer Supervisor und Coach nutzt einen Park in der Nähe seiner Praxis für Coaching-Spaziergänge im Einzelsetting.

Es gibt keinen Weg zum Glück, Glück ist der Weg.

(Buddha)

Fragen

Fragen sind eine wichtige Intervention im Beratungs- und Supervisionssetting. Die systemische Arbeitsweise stellt uns eine Vielzahl an Fragetechniken zur Verfügung, die vermutlich auch außerhalb geschlossener Räume eingesetzt werden können.

- Angenommen, dieser alte Baum/ diese Ameise etc. könnte sprechen, was würde er zu ... sagen?
- Angenommen, dieser Bach hätte eine Idee von der Lösung Ihres Problems, wie könnte diese aussehen und wie würde sie sich unterscheiden, von der Lösung dieses moosbewachsenen Steines?
- Welche Kräfte und Stärken könnte der Baum/der Vogel dort in Ihnen sehen, vielleicht auch solche, an die Sie selbst schon lange nicht mehr gedacht haben?
- Was haben Sie mit diesem Stein gemeinsam und was erzählt er über Sie?

(Estermann in e&I, Heft 1/ 2007)

Symbole / Naturmaterialien

In der Natur bietet sich die Arbeit mit Naturmaterialien an. Sie umgeben uns ganz praktisch von allen Seiten. Mit Rücksicht auf das Ökosystem sollte auf gravierende Eingriffe oder störende Handlungen verzichtet werden, so dass der aufgesuchte Naturraum am Ende wieder in der natürlichen und nicht in der menschlichen Ordnung verlassen wird. (Lindenthaler/Lindenthaler, 2012, S. 50)

Die gestalterische Arbeit mit Naturmaterialien knüpft an das innere kreative Potenzial und die Freude an Gestaltung an. Es gibt die Möglichkeit zur größeren bildhaften Darstellung oder zur symbolhaften Nutzung einzelner Gegenstände.

Naturmaterialien eignen sich u. a. als Symbole für Verabschiedungen, Feedbacks oder Problemlagen. In Anlehnung an das soziale Atom aus dem Psychodrama beschreiben Christine und Hansjörg Lindenthaler die Darstellung des Sozialen Kosmos. Dabei werden mithilfe von Symbolen relevante Personen, Situationen, Ressourcen oder weitere Aspekte kreisförmig um einen Mittelpunkt herum in Beziehung gelegt. Die Qualität der Beziehungen kann mit Grashalmen oder Ästen zum Ausdruck gebracht werden (Lindenthaler/Lindenthaler, 2012, S. 51). Auch Prozesse können mit Hilfe von Symbolen oder Bildern aus Naturmaterialien dargestellt werden. Alle Beobachtungen oder Effekte werden durch verschiedene dazu ausgesuchte Materialien sichtbar und greifbar gemacht.

Prozesse können die bisherige Berufsbiografie oder zukünftige Ziele sein. Es können ebenso räumliche Gegebenheiten wie Wege oder Wegkreuzungen etc. einbezogen werden.

Kreative Externalisierungen sind in der systemischen Praxis weit verbreitet. Die Natur bietet dafür weitgehend bedeutungsfreie Materialien an. Ein Stein kann beispielsweise ganz neutral ein Stein sein oder aber dem Supervisanden über seine Form und sinnliche Beschaffenheit wichtige Hinweise vermitteln (Kreszmeier, 2008, S. 209).

Auch vorstellbar ist es, dass sich der Supervisand am Ende einer Supervisionssitzung einen Gegenstand sucht, den er als Erinnerung (Anker) an das Ergebnis seiner Arbeit mit in den Alltag nimmt.

Skulpturen / Aufstellungen

Zum Einsatz von Skulpturen / Aufstellungen sind verschiedene Möglichkeiten denkbar. Skulpturen könnten frei und kreativ zu bestimmten Themen oder Strukturen aus den Bereichen Arbeitsplatz, Arbeitsaufgabe, Team oder Organisation aus Naturmaterialien gebaut werden.

Aufstellungen oder Skulpturen mit menschlichen Vertretern in Gruppen könnten im Draußen ganz herkömmlich wie auch im Drinnen möglich sein.

Im Einzelsetting dagegen arbeitet der systemische Aufstellungsleiter und Coach Siegfried Molan-Grinner dabei nicht mit menschlichen Stellvertretern, sondern nutzt, was die Umwelt symbolisch bietet, Äste, Tannenzapfen oder Steine. „Das Aufstellen ist ...ein sich selbst Hinstellen an einem Platz im Natur-Raum, der vom Coachee selbst gewählt wird, der als Platz jene Informationen enthält, die für den Coachee Antwortmöglichkeiten beinhalten. Wobei auch der Prozess zu diesem Platz Informationsquelle ist oder sein kann“. Während des Coachings versteht sich Molan-Grinner als eine Art „Wahrnehmungshelfer... Vermittler, um Wirkungen, Eindrücke, Erkenntnisse, Erfahrungen (be)greifbar zu machen“. Dazu entwickelt er Hypothesen und stellt sie zur Verfügung. Er lädt den Coachee dazu ein, den Dingen um ihn herum, den Orten, Wegen oder Plätzen Bedeutungen zuzuschreiben, die für das Anliegen des Coachee eine Unterstützung sein könnten (Molan-Grinner in e&l, Heft 1/2007).

Bei der Arbeit in der freien Natur, aber besonders bei Aufstellungen könnten die vielfältigen Ablenkungsmöglichkeiten durch optische, akustische oder klimatische Faktoren den Prozess erschweren bzw. stellt sich dadurch eine besondere Herausforderung für den Aufstellungsleiter dar (Kreszmeier, 2008, S.172).

Skalierungen

Hier wäre es je nach Fragestellung möglich, Orte oder Plätze im natürlichen Umfeld z. B. für bestimmte Ziele oder aktuelle Standpunkte zu markieren. Dann ließe sich daran erarbeiten, wie der Weg zum Ziel Stück für Stück gegangen werden könnte. Die Verankerung an konkreten Naturplätzen und die intensive Anregung aller Sinne durch die natürliche Umgebung und die körperliche Bewegung könnten solches Arbeiten sehr nachhaltig wirken lassen.

Man kann nicht heute Apfelbäume pflanzen und schon im nächsten Jahr die Früchte ernten.
(Berthold Beitz)

Naturphänomene

Auch Phänomene wie das Wetter, Tierbegegnungen oder plötzliche Ereignisse können in den Prozess einbezogen werden. Ein umgestürzter alter Baum, ein vorüberhuschendes Eichhörnchen, ein kurzer überraschender Regenschauer oder das Stolpern über einen Stein können demnach etwas in uns anklingen lassen, was unser Denken in eine andere Richtung lenken kann. Vielleicht werden frühere Erfahrungen wieder in Erinnerung gerufen oder Parallelen entdeckt. Dabei könnten Fragen wie „Was geschieht/geschah gerade? Was ist von Bedeutung für die aktuelle Fragestellung/die Aufgabe?“ hilfreich sein.

Phänomene sind nicht an sich immer bedeutsam, sondern sie werden es erst, wenn sich zwischen einem Ereignis oder einer Beobachtung und dem Betrachter eine Beziehung entwickelt, die für den Betrachter mit einer Bedeutung verbunden ist und ihn berührt.

Astrid Habiba Kreszmeier beschreibt Phänomene als Handlungsangebote, die die Natur uns schenkt. In Naturräumen liegen zwangsläufig überall solche Angebote herum, denen man jedoch unmöglich allen Bedeutung geben kann, ohne sich dabei zu verlaufen. Nach Kreszmeier zeigt sich die beste

phänomenologische Wahrnehmung, indem man zunächst konsequent scheinbare Auffälligkeiten ignoriert. Nach solch einer Nichtbeobachtung wird sich das Wesentliche im Laufe des Prozesses herauskristallisieren.

Hier sehe ich eine große Herausforderung an den Supervisor, diesen Suchprozess wirksam mit Fragen, Hypothesen oder Reflexionen zu begleiten. Als bedeutsam wahrgenommene Resonanzen können den Supervisanden inspirieren und auf neue Wege führen.

Kreszmeier sieht sowohl die Chance als auch die Gefahr in der Arbeit in der Natur, weil sich dort die Informationsdichte um ein Vielfaches erhöht. Nicht nur die Bedingungen des Platzes, sondern auch die „lebenden Phänomene, die sich ungefragt einmischen wie mit lautem Flügelschlag auffliegende Vögel, Insekten, die sich auf den Supervisanden niederlassen oder Wind und Regen sind „Mitspieler“ in natürlichen Räumen. Sie können „gleichermaßen die Konzentration auf sich ziehen oder ablenken, können einfach da sein oder zum bedeutsamen Zeichen werden“ (Kreszmeier, 2008, S. 173).

"Wir sollten im Leben nicht warten, bis das Gewitter vorüber ist, sondern lernen, im Regen zu tanzen."

(Aus Frankreich)

Orbionic

Christoph Estermann verweist in seinem Artikel „Orbionic- die Natur als Vorbild für Organisationen“ auf den Begriff Bionic. Bionic ist eine Wissenschaft, die in der Natur nach Phänomenen oder Strukturen sucht, die als Vorbild für technische Entwicklungen dienen können. Übertragen auf den nichttechnischen Bereich von Organisationen und Teamstrukturen benutzt er den Begriff Orbionic. Er ist der Auffassung, dass die Mechanismen der Natur durchaus Anregungen für erfolgreiche Kommunikations- oder Verhaltensweisen in Organisationen zu bieten haben. In der Natur geht es ums Überleben und die Gewinner sind nicht immer die Stärkeren, sondern haben im Laufe der Zeit

meist nur die kreativere oder kooperativere Strategie entwickelt. „Es geht um schlaue Lösungen und nicht um Muskelaufbau“. In Organisationen oder Teams geht es nicht existentiell ums nackte Überleben, sondern um eine bestimmte Aufgabe, die von den Beteiligten zu erfüllen ist und somit im weitesten Sinn ums Überleben des Teams, der Organisation oder des Unternehmens. Und da der Mensch ja wechselwirkendes Teil des Systems Natur ist, so gelten auch für ihn und seine Systeme sicher die gleichen Naturgesetze. Als Beispiel beschreibt er den Nutzen von Schwärmen oder Rudeln sowohl für die Gesamtheit als auch das einzelne Individuum (Estermann in e&I, Heft 1/2007, S. 22).

Metaphern

Unsere Sprache ist voll von bildhaften Formulierungen oder Wortspielen, die statt des eigentlich wörtlich Gemeinten jedoch etwas anderes bezeichnen, was dem ähnlich ist. Durch die Doppeldeutigkeit metaphorischer Wendungen können sich bisher nicht wahrgenommene Interpretationsräume öffnen und den bisherigen Wahrnehmungen eine andere Bedeutung offenbaren, also neue Blickwinkel ermöglichen.

Solche Formulierungen, die ihren Ursprung z. B. in der Natur haben, benutzen wir tagtäglich:

...den eigenen Weg finden, ein gangbarer Weg, neue Wege gehen, sich auf den Weg machen, einen Ausweg suchen, Lebensweg, schöne Aussichten, aus meiner Sicht, sich erden, festen Boden unter sich spüren, Weitblick haben, über den Berg sein, den Höhepunkt erreichen, am Abgrund stehen, eine Talsohle durchschreiten, ausgetretenen Pfaden folgen, auf der Lauer liegen, Entwicklungsschritte, hinter etwas/jemandem herlaufen, auf schmalen Grat wandern, auf den Spuren von ...wandeln, einen anderen Platz einnehmen, sich auf die Suche machen, schlägt ein wie der Blitz, Steine ins Rollen bringen, Stolpersteine, Steine in den Weg legen, alt wie ein Baum, den Wald vor lauter Bäumen nicht sehen, im dunklen Wald verirren, Märchenwald, ...

All diese Metaphern veranschaulichen mögliche Überschneidungen innerer und äußerer Landschaftsstrukturen. Der achtsame Supervisor kann die Formulierungen der Supervisanden aufgreifen und in den Prozess einbeziehen. Sie fördern die Kreativität im Denken und schaffen neue Assoziationen.

Christoph Estermann nutzt seine oben vorgestellte Orbionic-Hypothese auch für metaphorisches Arbeiten, im Sinne von Orientierung an einem Vorbild aus der Natur suchen.

Im Einzelsetting nutzt er zur Reflexion über das Verhalten des Coachee schon mal die Möglichkeiten der Arbeit mit dem „inneren Tier“ des Klienten. Gemeinsam machen sie sich auf die Suche nach einer möglichen Tierpersönlichkeit des Coachee, der dann die Aufgabe erhält bis zum nächsten Treffen eine Recherche zu diesem Tier anzustellen. Hierbei ist alles an Informationsquellen denkbar wie z. B. Naturbeobachtungen, Dokumentarfilme oder Fachbücher. Dabei kann es zu interessanten Einblicken in das Verhalten des inneren Tieres kommen, welche auch neue Sichtweisen auf das Wirken des Coachee ermöglichen (Estermann in e&l, Heft 1/2007).

*Steigst du nicht auf die Berge, dann siehst du nicht in die Ferne.
(Chinesisches Sprichwort)*

5. Ethische Leitlinien der Dachverbände DGSv, SG und DGSF

Ist die Arbeit in der Natur mit den ethischen Leitlinien der DGSV, der SG und der DGSF vereinbar?

Ich habe hier zusammengefasst in den Leitlinien der Dachverbände folgende Standards herausgelesen:

- Respekt und Wertschätzung gegenüber Personen, unabhängig von ihrem Geschlecht, Ihrer Weltanschauung und Lebensgestaltung, das heißt gegenüber Auftraggebern wie auch gegenüber Kollegen,
- Klarheit und Transparenz über die Rahmenbedingungen des Beratungskontaktes, wie Inhalt und Art des Kontaktes, die Qualifikationen des Supervisors, die Finanzen, den Schutz der Daten und Persönlichkeitsrechte,
- Kritische Selbstreflexion der eigenen Werte und Haltungen, des eigenen beruflichen Handelns und der notwendigen professionellen Distanz, regelmäßige Fortbildungen und kollegialer Austausch

Darüber hinaus orientieren sich systemische Supervisoren am systemischen Menschenbild. Sie akzeptieren die jeweiligen Wirklichkeitskonstruktionen ihrer Kunden und sehen sie als Experten an. Im gemeinsamen offenen Dialog reflektieren, beobachten, beschreiben, begleiten und fokussieren sie „gnadenlos ressourcenorientiert“ die Aktivitäten und Interaktionen der Supervisanden im Hinblick auf ihr Ziel unter Berücksichtigung und Erweiterung der vielfältigen Möglichkeiten an Wechselwirkungen der beteiligten Individuen und Systeme und deren Fähigkeiten zur Selbstorganisation. Mit der Mobile-Metapher für soziale Systeme beschreibt die SG den systemischen Ansatz in der Arbeitsweise u. a. so: „Probleme entstehen dann, wenn sich das Mobile „festhakt“, wenn das System an einer Stelle erstarrt. Aufgabe ist dann, das Ganze wieder in eine fließende Bewegung zu bringen...“

In diesem metaphorischen Sinne erkenne ich in den Leitlinien von DGSv und SG keinen Grund, dies nicht auch im Freien und in Bewegung zu tun. Allerdings sehe ich das Einverständnis und die Bereitschaft der Supervisanden im Naturraum zu arbeiten als Voraussetzung an.

Für den Bereich Naturcoaching gibt es eigene Ausbildungen und Ausbildungsinstitute.

6. Schlussbemerkungen

Zusammenfassend stelle ich fest, die Idee von Supervision in der Natur scheint die systemische Fachwelt bisher nicht zu genauerer Betrachtung geschweige Forschung angeregt zu haben. Die wenigen mir vorliegenden Veröffentlichungen oder Publikationen konnten mir kein konkretes Bild zum Thema vermitteln.

Auf meine Anfrage in der Mailing-Liste und dem Netzwerk habe ich 11 Rückmeldungen erhalten. Das erscheint mir überraschend wenig in Anbetracht von 3000 in der Liste registrierten Fachleuten der systemischen Welt. Es handelte sich ausschließlich um positive Reaktionen. Kritische oder gar ablehnende Rückmeldungen gab es nicht. Ich kann hier nur spekulieren, was die Gründe dafür sein mögen. Haben die Formulierungen meiner Fragen dazu geführt? Gibt es keine Kritiker oder haben sie nur nicht geantwortet? Könnte es sein, dass Supervision in der Natur für manche zu esoterisch oder unseriös klingt? Oder ist es eben nicht so weit verbreitet? Nur zwei Antworten bezogen sich konkret auf meine Fragen. Trotzdem blieben sie für mich hinsichtlich der inhaltlichen Umsetzung des Angebots wenig differenziert. Doch die Begeisterung aller Beteiligten, sowie ein Interesse für die naturverbundene Arbeit und die Entwicklung entsprechender Konzepte und den Austausch dazu kamen für mich jedoch sehr deutlich zum Ausdruck.

Für mich sieht es so aus, als seien besonders Führungskräfte eine Zielgruppe für naturverbundene Beratung. Das könnte daran liegen, dass Manager oder Führungskräfte besonders stressbelastet sind und sich deshalb gern einen Wechsel der alltäglichen eventuell stark überreizten Umgebung in die Natur suchen. Sie stehen vermutlich auch die notwendigen finanziellen Mittel zur Verfügung. Dafür sprechen die gefundenen Artikel zu Naturcoaching und die

Funde von Anbietern im Internet. Hier hat sich mit speziell zertifizierten Ausbildungen möglicherweise ein eigener Markt gebildet. Meine Gedanken als Stadtbewohnerin gehen auch zu der Frage, wie sehen das die Landbewohner? Sie leben ja praktisch schon in der Natur und wollen sie dann auch noch zur Supervision in den Wald gehen? Vermutlich ist es für viele Supervisanden auch gewöhnungsbedürftig oder die vielfältigen Ablenkungen der Umgebung und die Weite des Naturraumes erschweren Ihnen die Fokussierung auf Ihr Thema. Für andere kann es wieder genau den nötigen Abstand herstellen, um von einer Meta-Position auf ihren Alltag zu blicken.

Auch zur Frage nach dem WIE gibt es keine einheitliche Antwort. Wer ein supervisorisches Angebot im Freien machen möchte, muss auf das bisher bekannte Methodenrepertoire in der Beratung zurückgreifen, verlegt seine Arbeit einfach nur nach draußen und belässt es sonst wie gehabt. Oder er wird selbst kreativ, bedient sich methodisch auch im Bereich der Erlebnispädagogik und passt die Arbeitsweise den natürlichen Gegebenheiten an, wie ich sie in Kapitel 4 versucht zu beleuchten z. B. Nutzung von Naturmaterialien.

Bei der Sichtung des Materials ist mir aufgefallen, dass sich unter Supervision und Natur ganz verschiedene Angebote verbergen, sowohl hinsichtlich der Methoden und des Settings, als auch bezüglich des Stellenwerts der Natur insgesamt. So kann es z. B. Supervisionsangebote ganz systemisch sowohl bei Regen und Kälte als auch niemals bei „schlechten“ Wetterbedingungen geben.

Für mich bleibt die Idee von Supervision in der Natur weiterhin ein spannender Gedanke, auch wenn viele Fragen offen geblieben sind und sich neue ergeben haben. Das Angebot einer Berliner Coach mir bei einem Gang durch die Natur ihre Arbeit konkreter vorzustellen, werde ich auf jeden Fall noch nutzen.

Spannende Aussichten bieten aus meiner Sicht auch Christoph Estermanns interessante Orbionic-Überlegungen. Sicher lohnt es sich das weiter zu denken. Nebenbei, das Bundesministerium für Bildung und Forschung unterstützt Forschung im Bereich der Systembiologie und der Systemmedizin. Davon hatte ich bisher noch nie gehört. In der Systembiologie forscht man interdisziplinär zum besseren Verständnis der interaktiven Vorgänge in und zwischen Zellen,

Organen und Organismen. Man hat verstanden, dass die Komplexität des Lebens ein systemisches Verständnis und einen Blick auf das Ganze erfordert (Bundesministerium für Bildung und Forschung). Wenn hier zukünftig neben Biologie, Physik, Mathematik, Informatik und Ingenieurwissenschaften auch die Geistes- Kultur- und Sozialwissenschaften integriert werden würden, gäbe es vielleicht bald mehr Erkenntnisse zum spannenden Thema der Orbionic.

Möglicherweise werde aber auch ich beim nächsten genussvollen Beobachten des Treibens am Flugloch meiner Bienenkisten noch auf grundlegend neue Erkenntnisse stoßen, die die systemische Supervision nachhaltig verändern werden.

„Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.“

(aus Afrika)

7. Quellen

Literatur / Veröffentlichungen

- von Ameln, Dr. Falko / Kramer, Dr. Josef : Organisationen in Bewegung bringen, Handlungsorientierte Methoden für die Personal-, Team- und Organisationsentwicklung, Springer Medizin Verlag, 2007
- Benien, K.: Beratung in Aktion, Erlebnisaktivierende Methoden im Kommunikationstraining, Hamburg Windmühle, 2002
- Bundesministerium für Arbeit und Soziales, Ausschuss für Arbeitsmedizin: Psychische Gesundheit im Betrieb – Arbeitsmedizinische Empfehlung, 2011
- Bundesministerium für Bildung und Forschung, Forschung Systembiologie, verfügbar unter: <http://www.bmbf.de/de/1140.php>
- Deutsche Gesellschaft für Supervision DGSv, Ethische Leitlinien, verfügbar unter: http://www.dgsv.de/wpcontent/uploads/2011/08/ethische_leitlinien_2003.pdf
- Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF) e. V.: Ethik-Richtlinien, verfügbar unter: <http://www.dgsf.org/dgsf/ethik-richtlinien.htm>
- Estermann, Christoph: Orbionic – die Natur als Vorbild für Organisationen, in e&l erleben und lernen, ZIEL GmbH, Heft 1/2007
- Kreszmeier, Astrid Habiba: Systemische Naturtherapie, Carl-Auer-Verlag, 2008
- Limacher, Sandra: Der Wald als Lernraum, in erleben und lernen, ZIEL GmbH, Heft 6/2004
- Lindenthaler, Christine/ Lindenthaler, Hansjörg: Natur als Partnerin, Systemische Prozessbegleitung in psychosozialen Handlungsfeldern, Buch&Media GmbH, 2012
- Molan-Grinner, Dr. Siegfried: Coaching und Naturerfahrung, in erleben und lernen, ZIEL GmbH, Heft 1/2007
- Renner Hans-Georg / Strasmann, Jochen (Hrsg.): Das Outdoor-Seminar in der betrieblichen Praxis, Windmühle Verlag
- Schad, Niko / Michl, Werner (Hrsg.): Outdoor-Training, Personal- und Organisationsentwicklung zwischen Flipchart und Bergseil, Ernst Reinhardt Verlag München Basel
- Systemische Gesellschaft SG: Ethik-Richtlinien, verfügbar unter: <http://systemische-gesellschaft.de/verband/position/ethik-richtlinien/>

Studien

- Langzeitstudie Universität Bayreuth unter Leitung von Sportwissenschaftler Dr. Peter Kuhn „Was Kinder bewegt“, idw - Informationsdienst Wissenschaft, 2002, verfügbar unter: <http://idw-online.de/de/news53152>

- Institut für Leistungsdiagnostik und Gesundheitsförderung e.V., im Auftrag des Deutschen Wanderverbandes, Studie zum Thema „Gesundheitswandern“, 2012, verfügbar unter: http://www.ilug.uni-halle.de/Dateien/Pressemitteilungen/pm_27_abschlussbericht_studie_gesundheitswandern.pdf
- Bundesministeriums für Wirtschaft und Technologie, Forschungsbericht Nr. 591, „Grundlagenuntersuchung Freizeit- und Urlaubsmarkt Wandern“, 2010, Kapitel 10, verfügbar unter: <http://www.bmwi.de/BMWi/Redaktion/PDF/Publikationen/Studien/grundlagenuntersuchung-freizeit-und-urlaubsmarkt-wandern,property=pdf,bereich=bmwi,sprache=de,rwb=true.pdf>
- Gesundheitsstudie Wandern von Rainer Brämer, Deutsches Wanderinstitut e.V., 2007, verfügbar unter: http://www.gesundheitskongress-wandern.de/r3cms/user_upload/1211263577_GesundheitsstudieWandern2007.pdf

Webseiten von Anbietern

www.naturcoachingberlin.de (Coach, Berlin)
http://www.coachinginbewegung.com/level9_cms/index.php?mid=0001&LC=DE
 (Coach, Berlin)

www.tree-company.de (systemische Businesscoach, Berlin)
<http://www.top-c-partner.de/> (Supervisor –DGSv, Duisburg)
<http://www.solutionen-augsburg.de/> (systemischer Supervisor - SG und Coach, Augsburg)

<http://www.mh-bct.de/html/frontend.php> (Businesscoach, Systemische Beraterin, Nackenheim)

<http://www.mh-bct.de/customer/documents/heinflly0672.pdf> (Flyer)
<http://www.coaching-in-bewegung.com/index.html> (systemische Beraterin/Coach - SG, Frankfurt am Main)

<http://www.susanne-gebele.de/home-de-6.html> (systemische Coach/Beraterin - SG, Meißenheim)

<http://www.ewald-seifried.de/index.html> (systemischer Coach, Frittlingen)
<http://www.bewegendes-coaching.de/> (Beraternetzwerk, bundesweit)
<http://www.wegezumwesentlichen.de> (systemische Beraterin, Naturcoach, München)

http://www.menschinbewegung.at/fileadmin/user_upload/team/beraterprofile/estermann.pdf (Systemischer Organisationsberater, Dipl. systemischer Coach, Österreich)

<http://www.dr-molan-grinner.at> (Systemischer Aufsteller, Coach, Österreich)
<http://www.lindenthalers.at> (systemische Supervisoren, Österreich)
http://www.coachingimgehen.ch/frame_gehen.htm (Dipl. Supervisor, Schweiz)