



„Volles Vertrauen“ Symposium für Salutogenese in Bad Gandersheim 2011

Welt-bewegende Ereignisse fordern uns in dieser Zeit heraus: Japans Atom-GAU, Umbrüche im arabischen Raum, Umstrukturierungen in unserer Gesellschaft, die jeden einzelnen Menschen persönlich herausfordern. Worauf kann man noch vertrauen? Eine wichtige Frage in einer Zeit, wo Sicherheit spendende Strukturen in Frage gestellt werden, sich erneuern müssen.

Eine wichtige Frage auch für jeden einzelnen Menschen, der sein Leben gesund gestalten will, bei dem Herausforderungen zu persönlichen Krisen geführt haben, so dass ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe benötigt wird. Das Gesundheitswesen lebt von Vertrauen – traurig zu hören, dass Ärzte unter dem Verdacht der Profitmache stehen, ein profitorientiertes System vertrauensvolle Beziehungen erschwert oder sogar zerstört.

All diese Fragen waren für uns der Grund, das diesjährige Symposium unter das Oberthema „Vertrauen“ zu stellen. Insbesondere da der „Vater“ der Salutogenese, Aaron Antonovsky das zentrale Kohärenzgefühl als ein „Vertrauen...mit globaler Orientierung“ definierte – ein Aspekt, der dann in seinen Forschungen viel zu wenig beleuchtet wurde.



Foto 1 Die Gastgeber (Nadja Lehmann und Theodor Petzold)

Das Wochenende beschenkte uns mit wundervollen Beiträgen und wundervollem Wetter: Im Seminarhaus Alte Mühle in Bad Gandersheim trafen sich ca. 60 Menschen aus allen Bereichen der Gesundheitsarbeit, um sich vertrauensvoll zu begegnen und zu motivieren.

Wie jedes Jahr wurden wir am Freitag mit erstklassigen Vorträgen begrüßt: Theodor D. Petzold, der Gastgeber, legte in seinem Einführungsvortrag die Basis für ein grundlegendes Herangehen an das Thema

Vertrauen: Er unterschied zwischen dem Urvertrauen, das die Ebene des Lebens an sich betrifft, das eigentlich immer da ist, solange wir leben, und einem „Vertrauen im Konkreten“: Hierbei gilt es im Rahmen von Annäherungs- und Abwendungsbewegungen immer wieder zu entscheiden, was uns gut tut im Leben, wem oder was wir vertrauen können.

Frau Dr. Ulla Sebastian, Therapeutin und Buchautorin berichtete authentisch und eindrucksvoll davon, was es heißen kann, bei schweren psychischen Verletzungen oder Traumatisierungen im frühen Leben, „trotz alledem“ Vertrauen zu entwickeln. Verankert in einem Verständnis von systemischen Resonanzprozessen vermittelte sie, dass uns in unserer heutigen Zeit eigentlich alle Techniken und Mittel für ein umfassendes Wohlbefinden zur Verfügung stehen. Ihr Vortrag brachte in das Erleben, was Resilienz heißt, wie es sich anfühlt, immer wieder nach kreativen Lösungen und Möglichkeiten für all die Herausforderungen zu suchen, die ein verletztes Selbst fordert. Immer wieder aufzustehen und weiter zu machen, nicht aufzugeben, weil man in das Leben an sich vertraut.

Ein wundervoller Vortrag, der die Zuhörenden wegen seiner tiefen „Menschlichkeit“ auf eine innere Reise mitnahm, kam dann von Dr. med. Wolf Büntig – ein Therapeut und Ausbilder, der ein transpersonales Verständnis des Mensch-Seins in die deutsche psychotherapeutische Arbeit hineingetragen hat. Seine Beiträge zeigten auf, dass es darum geht, das Jetzt zu gestalten, sich als kreierender Mensch in seiner ganzen Verantwortung und Eigenmacht zu begreifen. Die Überwindung von hemmenden Gedankenmustern und Gewohnheiten legt dann die uns innewohnende Neigung zur Gesundheit frei.

Eine vertrauensvolle Grundhaltung in das Leben, der „Annäherungsmodus“ eines Menschen wird früh im Leben geprägt. Nach den ersten Beiträgen wurde sehr deutlich, wie wichtig es ist, die Bahnungen für ein Leben im Vertrauen in der Kindheit zu setzen. Elfriede Zörner, Leiterin der österreichischen Gesellschaft für Lebensberatung konnte anhand eigener Forschungsergebnisse zeigen, wie sehr Vertrauen in das eigene, vor allem berufliche Tun und Leben schon damit zusammenhängt, ob Menschen von Anfang an von ihren Eltern gewollt werden oder nicht. Falls dies nicht der Fall ist, können die Institutionen, die Kinder begleiten, helfen. Prof. Christina Krause, emeritierte Pädagogikprofessorin der Universität Göttingen und Familientherapeutin setzt sich ihr Leben lang dafür ein, dass Kinder in Schule und Kindergarten in ihrem Selbstwertgefühl gestärkt werden, dass sie ermutigt werden in ihrem Potential. Als Begründerin von KESS e.V., „Kinder entwickeln Selbstsicherheit“ hat sie ein Netzwerk geschaffen, das umfassend über LehrerInnen und Eltern, die Entwicklung einer Selbstwert-Kultur fördert. Prof. Krause schickte auch einen Ruf aus an die deutsche Schulpolitik, die guten Erfahrungen aus anderen Ländern wie den Skandinavischen endlich in die deutsche pädagogische Praxis zu integrieren.



Foto 2 Die Vortragenden in der abschließenden Diskussionsrunde (v.l. Moderatorin Nadja Lehmann, Christina Krause, Wolf Büntig, Ulla Sebastian, Theodor Petzold, Götz Mundle)

Dr. med Götz Mundle brachte als ärztlicher Geschäftsführer der Oberberg-Kliniken ein Beispiel für eine gute Klinikultur in der psychosomatischen Arbeit. Das Konzept der Achtsamkeit, das von buddhistischen Lehren inspiriert ist und z.B. in der Arbeit von Jon Kabat-Zinn seine wissenschaftliche Anerkennung gefunden hat. Die Oberberg-Kliniken, die Privatversicherten ein intensives Behandlungskonzept vor allem für die Indikationen Sucht, Depressionen und Burn-out bieten, setzen auf die Entwicklung von Vertrauen vor allem durch die Stärkung der Selbstwahrnehmung, dem Raum dafür, wieder mit sich in Kontakt zu kommen. Meditationspraxis ist hier eine entscheidende Grundlage.

In den transpersonalen Bereich des Vertrauens brachte uns auch Herr Werner Meinhold, Vorsitzender der GTH, der Gesellschaft für therapeutische Hypnose und Hypnoseforschung. Seine Schilderungen nahmen uns mit in die Welt seines aktuellen Wirkbereiches, nach Südamerika. Für ihn als Hypnosetherapeuten ist der Gedanke der Reinkarnation Realität, die Wiederherstellung von Vertrauen und die Anregung von Heilung brauche manchmal die Integration von Erfahrungen aus vergangenen Leben. Ist dies so? Mit welchen Erfahrungen zum Thema Vertrauen starten wir in dieses Leben? Diese Frage bewegte uns implizit auch in den nächsten Veranstaltungen noch, der Blick wurde weiter gestellt.

Mit seinem unverwechselbarem Lächeln brachte Dr. med. Eckhard Schiffer uns die Wichtigkeit der vertrauensbildenden Lächeldialoge näher. Als stolzer Großvater brachte er uns wunderschöne Fotos von seinen Enkeln mit, die veranschaulichten, wie vertrauensvoller, offener Dialog aussieht, wie Bindung sich im Kontakt herstellt.



Foto 3 Die ReferentIn in der abschließenden Diskussionsrunde (v.l. Moderatorin Nadja Lehmann, Eckhard Schiffer, Elfriede Zörner und Werner Meinhold)

Herzerwärmend war schon die Zuwendung, mit der er sprach. An seinem Beitrag wurde für mich deutlich und ich glaube auch für viele Zuhörer fühlbar, inwieweit Vertrauensbildung die Achtsamkeit für die Körpersprachlichkeit, die feinen Nuancen in der Kommunikation braucht. Erkundungslustige Kinder: Das ist das Ergebnis einer solchen Zuwendung.



Der Samstag bot den TeilnehmerInnen dann eine Fülle von hochqualifizierten Workshops, um das Handwerkszeug zur Vertrauensbildung und -förderung aktiv auszuprobieren. Förderliche Praktiken, in die hinein geschnuppert werden konnte, waren zum Beispiel das Resonanz-Repatterning, systemische Therapie zur Stärkung der Familienbeziehungen, Hypnose als auch Yoga, Aroma-Erfahrungen und Improvisationstheater. Dr. med. Walter Weber hat sich als Internist mit onkologischem Schwerpunkt auf eine persönliche Forschungsreise zum Thema Vertrauensfindung bei Krebs-Kranken begeben. Aus seinen

Patienten-Interviews ist ein Film entstanden, der Möglichkeiten zeigt, bei dieser schweren Erkrankung erneut in sich und das Leben zu vertrauen.

Harmonisierende Kreistänze und besinnende Achtsamkeitsübungen stimmten die Gesamtgruppe auf den kreativen Kommunikationsprozess ein. Thema: „Vertrauens-Krise“ – Wo liegen die nachhaltigen Strukturen von und für Vertrauen? Wo ist auch gesundes Misstrauen angebracht? Wie beeinflussen meine Erfahrungen meine eigene Arbeit? In einem Prozess von kollegialer Supervision konnten sich die Teilnehmenden ihren eigenen Möglichkeiten und Grenzen von Vertrauen nähern und damit das Gehörte der vergangenen Tage integrieren. In der Gruppe konnten für individuelle Herausforderungen Anregungen und Lösungen gefunden werden. In diesem Abschnitt ging es vor allem um die konkrete Form des Vertrauens, um das Kennenlernen des eigenen Zusammenwirkens von Annäherung und Vermeidung zur Erhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden.



Foto 4 Buddhistische Gehmeditation mit Reinhard Billmeier



Der Samstagabend wurde dann eingeleitet mit einem Theaterstück frisch aus dem Wartezimmer: Das Salu-Duo (Nadja Lehmann und Th. D. Petzold) präsentierte „Aus der Hypnose der Diagnose“, ein Stück in drei pantomimischen Akten. Das Publikum erwartete ein still-humorvolles Drama eines herzkranken Patienten, der auf der Suche nach Heilung sowohl bei der Ärztin, Psychologin als auch Heilpraktikerin nur eines bekommt: Etiketten mit hypnotisierenden Diagnosen. Das Lachen bei der Darstellung der verschiedenen Behandlungsrituale mit Stethoskop, Blutdruckmessgerät, Aufstellungsfiguren, EMDR, kinesiologischer Testung, Kristallen, allo- und homöopathischen Medikamenten und Rezepten sowie dem Zücken der Brieftasche bei privater Abrechnung verband uns alle in einem liebevollen Blick auf die Tragik, die dem Suchen im Außen bei tiefen persönlichen Krisen innewohnt. Wem oder was können wir dann vertrauen? Was bringt die ersehnte Besserung? Der Patient nahm schließlich Kontakt zu seiner inneren Stimme auf und befreite sich aus der Hypnose seiner Etikettierungen.



Die Worte zum Sonntag sprachen dann zwei brillante Redner: Zum einen der Religionswissenschaftler und Gesundheitsforscher Florian Jeserich und dann der in der Entwicklung von anthroposophischen Medikamenten tätige Arzt Dr. med. Stefan von Löwensprung.

Florian Jeserich untersuchte das Konzept Antonovskys nachhaltig und gründlich auf das Thema Vertrauen. Eine überraschende Erkenntnis war, dass die „globale Orientierung“ im

Zusammenhang mit Vertrauen, von dem Antonovsky spricht, das von ihm sogar zur zentralen Definition in seinem Konzept des Kohärenzgefühls wurde, in der Umsetzung seiner Forschung eigentlich vernachlässigt war, nicht umgesetzt wurde. Es wurde spekuliert, inwieweit er als Wissenschaftler für sich nicht die Freiheit sah, Bereiche des „Glaubens“, welches als Vertrauen mit globaler Orientierung bezeichnet werden könnte, auszuformulieren. Das Thema Glauben und Gesundheit stellte sich dann auch in den Mittelpunkt der angeregten gemeinsamen Diskussion.

Stefan von Löwensprung nahm uns dann auf eine Reise der Evolution mit: Er spann einen weiten Bogen um unser Sein, brachte „elementare“ Anschauungen aus der Anthroposophie in unserer Selbstverständnis als Mensch. Wir hörten ein Plädoyer für eine Kulturevolution, in der Vertrauen als essenzielle Grundlage gilt, um ein neues Verhältnis zu der Natur und dem Kosmos aufzubauen und die Individualität eines jeden anzuerkennen. Eine



Foto 5 Die Referenten in der Abschlussdiskussion (v.l. Moderatorin Nadja Lehmann, Stefan von Löwensprung, Florian Jeserich und Theodor Petzold)

Anschauung, die sowohl die Aufmerksamkeit als auch – humorvoll – die Verantwortung herausforderte mit Bemerkungen wie „Wer an Reinkarnation glaubt, wird auch für den Erhalt seiner Umwelt nachhaltig eintreten, weil er/sie im nächsten Leben wieder mit dieser zu tun haben wird“.

Die Fishbowl-Runde nach dem abschließenden Gruppenprozess war dieses Jahr mit besonders wertvollen Beiträgen gesegnet, die alle für sich genommen auch Vorträge waren: die kulturellen Institutionen und Tätigkeiten Kindergärten, Sterbebegleitung, Pflegeausbildung, Arzt-Patienten-Beziehung, Religion und bedingungsloses Grundeinkommen standen auf dem Prüfstand der vertrauensbildenden



Foto 6 Vorbereitung der Gruppen zur Fishbowldiskussion

Kulturentwicklung. Durch das Engagement der Teilnehmer

wurde klar, dass Vertrauen einen guten kulturellen Rahmen braucht, den wir selbst mitgestalten können. Die Abschlussrunde zeigte, wie intensiv sich die Teilnehmer

miteinander auf einen kreativ kommunikativen Prozess eingelassen hatten: Dazu trug auch das als rundum stimmig empfundene Ambiente des Seminarhauses, das gute Essen und der wundervolle Sonnenschein bei. Fazit: Eine fachlich hochkarätige und intensive Veranstaltung, die geprägt davon war, den eigenen Horizont zu erweitern. Wir hoffen, dass die Inspirationen sich in den Alltag aller Beteiligten integrieren.

Nadja Lehmann