



# *Visionen*

im Kontext von Beruf und Berufung

Sabine Bläsing

kassel  
university



press

Sabine Bläsing

## Visionen im Kontext von Beruf und Berufung

Die vorliegende Arbeit wurde vom Fachbereich Humanwissenschaften der Universität Kassel als Dissertation zur Erlangung des akademischen Grades eines Doktors der Philosophie (Dr. phil.) angenommen.

Erster Gutachter: Prof. Dr. Dr. Rolf-Peter Warsitz

Zweiter Gutachter: Prof. Dr. Karin Lackner

Tag der mündlichen Prüfung

17. Oktober 2012

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar

Zugl.: Kassel, Univ., Diss. 2012  
ISBN print: 978-3-86219-406-3  
ISBN online: 978-3-86219-407-0  
URN: <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0002-34079>

© 2013, kassel university press GmbH, Kassel  
[www.uni-kassel.de/upress](http://www.uni-kassel.de/upress)

Printed in Germany

„Was die Zukunft betrifft,  
so ist deine Aufgabe nicht,  
sie vorauszusehen, sondern  
sie zu ermöglichen.“

(Antoine de Saint-Exupéry: *Die Stadt in der Wüste*, 1948)



## WIDMUNG

*Für all die mutigen Frauen in meiner Linie und meinem Leben.*

*Besonders für meine Mutter und meine Tante, in deren „Fußstapfen“ ich  
sicher meinen ganz eigenen Weg gehen kann. Und für meinen Vater.*

*In Dankbarkeit und Liebe.*



# DANK

Mein Dank geht an alle die Menschen, die diese Promotion mit ermöglicht haben.

Herrn Prof. Dr. Dr. ROLF-PETER WARSITZ, meinem Doktorvater, danke ich dafür, dass er mich mit diesem Thema und den Vorstellungen davon, wie ich es erforschen wollte, als Doktorandin angenommen hat. Er hat mich immer wieder kritisch hinterfragt und auch dadurch unterstützt. Vielleicht hatte er von Anfang an die Weitsicht darüber, dass ich letztlich bei den alten Philosophen Antworten auf viele Fragen erhalten würde.

Ich bedanke mich ganz besonders bei Dr. BIRGIT JANSEN – meiner Supervisorin und Wegbegleiterin während dieser Dissertation. Mit ihrem tiefen Wissen und ihrer Freude am Forschen hat sie mich sehr beeindruckt.

Ihre liebevollen Ermahnungen, in den wissenschaftlichen Kontexten klare Position zu beziehen, waren äußerst hilfreich. Durch die gemeinsamen Reflexionszeiten wurde ich zudem immer wieder kreativ beflügelt.

Frau Prof. Dr. KARIN LACKNER, als zweite Gutachterin für diese Arbeit, danke ich für die wichtigen und wohlwollenden Impulse in unserem Gespräch und für die Bereitschaft, diese Arbeit in ihrer Sommerpause zu begutachten. Ich weiß das sehr zu schätzen.

Weiterhin danke ich den fünf wunderbaren Menschen (Experten), die ich interviewen konnte. Sie alle sind mir mit großer Offenheit und Weisheit begegnet. Jeder von ihnen hat bereichernde neue Aspekte für die Erarbeitung dieses Themas hinzu gebracht und dadurch eine spannende interkulturelle Perspektive eröffnet. Persönlich war jedes einzelne Interview eine Kraftquelle auf dem Weg zum Ziel dieses Promotionsvorhabens.

Mein spezieller Dank gilt auch CARMEN ORTIZ, die mir als muttersprachliche Übersetzungshilfe und beim Interview mit dem peruanischen Schamanen im wahrsten Sinne aktiv zur Seite gestanden ist (sie hat sogar eine Heilzeremonie mitgemacht, zu der wir spontan eingeladen wurden).



Ein ganz tiefer Dank geht vor allem an die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des „Visions-Coaching Allgäu“, die interessante und sehr wertvolle Antworten für das Fördern von Visionen geliefert haben. Von Herzen danke ich auch meinem damaligen Partner MARIO KNAPPE, der während der Seminare die Kraft und Sicherheit vermittelt hat, die vielen das Betreten von unvergesslichem Terrain ermöglichte.

DAGMAR GIESE danke ich für ihre wunderbare Präsenz und CHRISTA YELLOWTAIL für ihr herzliches Wesen, das sie in ihren inspirierenden „Gasteinsätzen“ während einiger Seminare zum Ausdruck gebracht haben. Euer tiefes und altes Wissen hat wesentlich dazu beigetragen, dass die Teilnehmenden weitere visionsfördernde Erfahrungen machen konnten. Danke, dass ihr es geteilt habt.

Abschließend danke ich meinen tatkräftigen Mitarbeitern bzw. Kooperationspartnern, die mir über Jahre hinweg immer wieder den Rücken freigehalten und meine zum Teil sehr lange Abwesenheit erst ermöglicht haben. Ohne sie und ihr Schaffen hätte ich wohl auch die finanziellen Mittel für diesen Forschungsprozess nicht gehabt.

Ebenso danke ich allen Korrekturleserinnen und Freunden, die sich viel Zeit für mich und den Austausch über diese Arbeit genommen haben.

Dankbar bin ich letztlich für alle Phasen, durch die ich im Laufe dieses Schreib- und Forschungsprozesses gelaufen bin. Überwogen haben eindeutig die Freude beim Schreiben und der Spaß am Forschen. Die Erkenntnis, dass es selbst mit bester Absicht, viel Mut und Engagement Faktoren gibt, bei denen auch Visionen an ihre Grenzen stoßen, war persönlich wichtig und bereichernd für diese Arbeit.

# INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT .....	4
1. EINLEITUNG.....	9
1.1 AKTUELLE BEDEUTUNG UND EINGRENZUNG DES THEMAS.....	9
1.2 HYPOTHESEN.....	12
1.3 AUFBAU DES THEORETISCHEN TEILS.....	14
1.4 CHRONOLOGISCHER ENTSTEHUNGSPROZESS DIESER ARBEIT.....	17
1.5 METHODISCHES VORGEHEN IM EMPIRISCHEN TEIL .....	23
1.5.1 Experten-Interviews.....	24
1.5.2 Visions-Coaching Allgäu .....	27
1.6 VERDICHUNG DER ERGEBNISSE ALLER FORSCHUNGSFELDER .....	30
I. THEORETISCHER TEIL.....	31
2. VISIONEN.....	31
2.1 BEGRIFFSGESCHICHTE UND MODERNES VERSTÄNDNIS .....	31
2.2 ENTSTEHUNG UND FÖRDERUNG VON VISIONEN.....	38
2.3 BLOCKADEN UND ANGST VOR VISIONEN .....	43
2.4 JEANNE D ´ARC ALS LEITFIGUR EINER VISIONÄRIN .....	46
2.5 EXKURS ZUM BEGRIFF SEELE .....	52
3. BERUF UND BERUFUNG .....	57
3.1 BEGRIFFSGESCHICHTLICHE ENTWICKLUNG .....	57
3.2 WEGE VOM BERUF ZUR BERUFUNG .....	61
3.3 MENSCHEN UND IHRE MOTIVATION ZUR BERUFUNG.....	65
3.4 VISIONEN UND WEITERE ANTRIEBSFAKTOREN ZUR BERUFUNG .....	72
4. COACHING.....	77
4.1 ENTWICKLUNG DES COACHINGBEGRIFFS.....	77
4.2 ABGRENZUNG ANDERER METHODEN & PSYCHOTHERAPIE.....	81
4.3 WIRKUNG, WIRKSAMKEIT UND WIRKFAKTOREN .....	85
4.4 INSTRUMENTE IM COACHING ZUR BERUFLICHEN ZIELFINDUNG .....	87
4.4.1 Ausgewählte Fragetechniken .....	87
4.4.2 Konkrete Zielformulierung.....	89
4.5 BEGRÜNDUNG DER ZUGÄNGE FÜR VISIONSARBEIT IM COACHING.....	91

5. VISIONS-COACHING ALLGÄU .....	93
5.1 NATUR ALS WIRKFAKTOR UND NATURPHILOSOPHISCHE ASPEKTE.....	96
5.2 WANDERN ALS WIRKFAKTOR UND ASPEKTE DES PILGERNS .....	98
5.3 VISIONSSUCHEN UND ORIENTIERUNG AM MEDIZINRAD .....	102
5.4 ENTSTEHUNG UND INHALT DES VISIONS-COACHING ALLGÄU .....	106
 II. EMPIRISCHER TEIL.....	 111
6. AUSWERTUNG DER EXPERTEN-INTERVIEWS.....	111
6.1 VERSTÄNDNIS DER EXPERTEN VOM BEGRIFF VISIONEN.....	113
6.2 VISIONSARTEN.....	118
6.3 VISIONSVERSTÄNDNIS IM KULTURKREIS DER EXPERTEN .....	122
6.4 NUTZEN VON VISIONEN AUS SICHT DER EXPERTEN .....	128
6.5 ENTSTEHUNGSMÖGLICHKEITEN VON VISIONEN .....	133
6.6 ASPEKTE ZUR FÖRDERUNG VON VISIONEN .....	140
6.7 EXPERTENBEOBACHTUNGEN IN DER VISIONSARBEIT .....	143
6.8 BLOCKIERENDE FAKTOREN .....	146
6.9 DIE ROLLE VON VISIONEN IN BERUF UND BERUFUNG.....	150
6.10 PERSÖNLICHE VISIONEN DER EXPERTEN .....	154
7. AUSWERTUNG VISIONS-COACHING ALLGÄU .....	160
7.1 BERUFLICHE AUSGANGSSITUATIONEN.....	162
7.2 ERWARTUNGEN .....	164
7.3 VISIONEN IM VERSTÄNDNIS DER TEILNEHMER .....	166
7.4 ERLEBNISQUALITÄTEN WÄHREND DES COACHINGS.....	170
7.5 VISIONSARTEN DER TEILNEHMER IM PROZESS.....	173
7.6 INTEGRATION DER ERFAHRUNGEN .....	178
7.7 NACHHALTIGE VERÄNDERUNGEN .....	183
 III. ZUSAMMENFASSENDE BETRACHTUNG .....	 190
8. RETROSPEKTIVE INTERVIEWS COACHING ALLGÄU.....	192
8.1 BERUFLICHE AUSGANGSSITUATION SABINE BLÄSING.....	192
8.2 ERWARTUNGEN VISIONS-COACHING ALLGÄU .....	193
8.3 VISIONEN IM VERSTÄNDNIS VON SABINE BLÄSING .....	193
8.4 ERLEBNISQUALITÄTEN IM VISIONS-COACHING ALLGÄU .....	194

8.5 VISIONSARTEN IM PROZESS .....	197
8.6 INTEGRATION DER ERFAHRUNGEN .....	198
8.7 NACHHALTIGE VERÄNDERUNGEN .....	199
8.8 GESAMTREFLEXION VISIONS-COACHING ALLGÄU .....	203
9. SYNTHESE .....	207
9.1 ERKENNTNISSE ZUM VISIONSBEGRIFF .....	211
9.1.1 Visionen im modernen Verständnis .....	211
9.1.2 Interkulturelle Unterschiede .....	212
9.1.3 Nutzen von Visionen .....	213
9.1.4 Visionsarten .....	214
9.1.5 Ängste und Blockaden .....	215
9.2 ERKENNTNISSE ZU BERUF – BERUFUNG .....	216
9.2.1 Beruf versus Berufung .....	216
9.2.2 Berufung versus Bestimmung .....	217
9.2.3 Berufung und Visionen .....	218
9.2.4 Wege zur Berufung .....	219
9.3 ERKENNTNISSE ZUR FÖRDERUNG VON VISIONEN .....	220
9.3.1 Entstehung .....	220
9.3.2 Gezielte Förderung .....	221
10. FAZIT UND AUSBLICK .....	224
LITERATURVERZEICHNIS .....	231
ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS .....	238
ANHANG-VERZEICHNIS .....	239
ANHANG 1: INTERVIEW-LEITFADEN EXPERTEN DEUTSCH .....	239
ANHANG 2: INTERVIEW-LEITFADEN EXPERTEN ENGLISCH .....	240
ANHANG 3: INTERVIEW-LEITFADEN EXPERTEN SPANISCH .....	241
ANHANG 4: LEITFADEN ZUR SCHRIFTLICHEN BEFRAGUNG .....	242

## VORWORT

Berufliche Zielfindungs-Arbeit ist ein wenig wie puzzeln. Es wird Teil für Teil umgedreht, betrachtet und an mehreren Stellen ausprobiert, um am Ende ein komplettes, klares Bild zu erhalten.

Dabei werden alle Anteile der Persönlichkeit berücksichtigt. Die Erinnerung an das, was man schon als Kind gern gemacht hat oder hätte, welche Wünsche und Träume es damals gab, ist ebenso bedeutend, wie der Blick in die Zukunft. Neue Visionen und erinnerte Sehnsüchte sind somit gleichermaßen wichtig.

In Coaching-Prozessen zur beruflichen Zielfindung ist es als Coach stets eine Herausforderung, die Grenze zwischen Coaching und Psychotherapie zu ziehen. Letztlich wird der ganze Mensch begleitet, auch wenn der Schwerpunkt auf dem Bereich Beruf liegt. Coaching bedient sich zwar therapeutischer Methoden, therapiert aber nicht. Im Vergleich zu Therapie geht es im Coaching eher um Ressourcenaktivierung, z. B. darum, die Berufspersönlichkeit von Menschen zu stärken und ihr Potenzial herauszukristallisieren. Dies geschieht durch den Fokus auf Talente und Fähigkeiten.

Im Rahmen der beruflichen Zielfindungs-Arbeit bin ich als Selbstständige mit dem Angebot „effectiv-Coaching“ seit über elf Jahren für die Stadt Kassel tätig und coache arbeitssuchende Akademiker (im Hartz IV-Bezug – zuvor Sozialhilfe). Dieses Coaching-Angebot wurde zielgruppenspezifisch konzipiert. Darin kommen u. a. kreative und interaktive Methoden, mit denen sich die Klienten ihrer Bedürfnisse und Potenziale bewusster werden, zum Einsatz. Gemeinsam mit einem querdenkenden und innovativen Team begleiten wir auf diese Weise erfolgreich Klienten. Durchschnittlich konnten 30 Prozent bereits im Coaching bzw. bis zu 50 Prozent (innerhalb von drei bis sechs Monaten nach Ende) ihren Status positiv verwandeln und leistungsfrei werden. Dies bezieht sich auf über 500 Fälle. Neben aller strategischen Verhaltensoptimierung im Hinblick auf das Ziel „Job“, spielt bei der beruflichen Zielfindungsarbeit mit diesem Ansatz das Thema Visionen immer wieder eine Rolle.

Visionen helfen bei der Orientierung und können zusätzlich als Motivationsinstrument dienen. Sie vermitteln Sinn und spenden Kraft, auch um nach Rückschlägen weiterzugehen und mutig Neues zu wagen. Besonders nach Absagen, gescheiterten Selbstständigkeiten oder beruflichen Krisen (wie es bei vielen dieser Klienten der Fall war), ist das von Wichtigkeit. Zur Problematik der Klienten lässt sich ergänzen: Trotz hohen Bildungsniveaus und guter Ausbildung hatten die meisten zunächst große Schwierigkeiten, ihren Platz in der Arbeitswelt zu finden (dies bezieht sich auf das Zeitfenster vom Jahr 2000 bis 2010). Weiterhin zeigten sich diverse persönliche oder gesundheitliche Einschränkungen, was die berufliche Integration erschwerte. Menschen mit höherem Lebensalter und viel Praxiserfahrung – auch als ehemalige Selbstständige – passten nicht mehr in jedes Arbeits-System oder wollten ihrer weiterentwickelten (Berufs-) Persönlichkeit mehr Raum geben. Junge, sogenannte „frische“ Hochschulabsolventen, waren oft zielunklar. Mit der Konzentration auf das, was sie am besten können und am meisten wollen, begannen sie auch die notwendige Begeisterung für ihre Ziele und Aufgaben auszustrahlen. Dieses „Feuer“ entstand bei manchen auch aufgrund einer Vision. Eine Vision, die sie als andauernde Kraftquelle nach vorne ziehen kann – auch über ein Coaching hinaus. Manche Klienten haben sich in diesem Prozess ihrer Berufung angenähert – einer Aufgabe, die sie wirklich erfüllt.

Das gebündelte Potenzial von Menschen ist selten vollständig sichtbar. Häufig sind große Teile verschüttet. Nicht wenige Menschen üben einen Beruf aus, der dem reinen Gelderwerb dient. Dies ist auch Folge unserer arbeitsteiligen Gesellschaft, weil es darin der Ausführung bestimmter, manchmal rein funktioneller Aufgaben bedarf. Wer sich – wie die zuvor beschriebene Klientel – im Status von Hartz IV befindet, hat an sich nicht mehr wirklich eine Wahl danach zu schauen, was große Freude macht oder tief erfüllt. Trotzdem wurde im Coaching mit diesem Personenkreis der Freiraum geschaffen, in der „eigenen Schatzkiste der Fähigkeiten wühlen“ zu können. Selbst wenn später im ersten Schritt von manchen doch sogenannte „Brot-Jobs“ angenommen wurden, hatten die gefundenen Schätze und Ideen etwas nachhaltig Stärkendes, weil dadurch Mut und Klarheit entstehen konnten.

Um die intensive Förderung von Visionen für das persönliche Leben und den Beruf zu ermöglichen, habe ich gemeinsam mit einem Partner (als Angebot auf dem freien Markt) das Seminarkonzept „Visions-Coaching Allgäu“ entwickelt. Der zuvor genannte Coaching-Ansatz wird darin um die Arbeit in der Natur und das Wandern als Wirkfaktoren zur Visionsförderung und -findung erweitert. Auf diese Weise wurde in 2006 ein Erfahrungsrahmen für Menschen geschaffen, die an persönlichen und beruflichen Wendepunkten stehen. Das Konzept wird im Rahmen dieser Doktorarbeit betrachtet und im empirischen Teil hinsichtlich seiner Wirkungsweise ausgewertet.

Da für den Forschungskontext relevant ist, mit welchem eigenen beruflichen Hintergrund auf die Themen geschaut wird, sei dieser kurz skizziert:

Quellberuf: staatlich geprüfte Fremdsprachensekretärin (Englisch/Spanisch)  
Studium der Wirtschaftswissenschaften mit Schwerpunkten im Bereich Personalmanagement und Marketing. Zweites Studium in Sozialwesen mit Schwerpunkt „Soziale Therapie“; speziell gestaltungstherapeutische und systemische Ausrichtung.

Der Fokus lag in beiden Studien auf der Förderung, dem Nutzen und dem Schutz des menschlichen Potenzials.

Die Themen Gesundheit und Gesundheitsförderung sowie „Betriebliche Anti-Stress-Strategien zur Motivationsförderung und Leistungssteigerung“ bildeten den Kern des Diploms in Wirtschaftswissenschaften in 1997.

Das Thema „Medizinische und psychologische Betrachtung von Genuss und Sucht“ stand 2005 im Zentrum des Diploms in Sozialwesen.

Hinter Genuss verbergen sich am Ende Themen wie: Sehnsucht nach Glück, Sinn und damit ein tiefes Erfülltsein im Leben und im Beruf, wie als ein interessantes Ergebnis der Diplomarbeit deutlich wurde.

Meine berufliche Ausrichtung zielt auf eine gesunde, erfolgreiche und genussvolle Lebens- und Arbeitsweise ab – damit Arbeit und Leben Spaß und nicht krank machen. Im Bereich „Vitalität“ (im Sinne von Lebendigkeit) und „Beruf – Berufung“ entwickelte ich dahingehend verschiedene Seminar-Konzepte, wie ein Genuss-Training und die oben genannten Coaching-Angebote. Dieser Faden führte in 2007 zum Thema dieser Dissertation: „Visionen im Kontext von Beruf und Berufung“.

Im Zuge dieses Forschungsprozesses habe ich mich natürlich gefragt, ob ich selbst meine Berufung gefunden habe und lebe.

Ich lebe wohl Teile meiner Berufung und die damit verknüpften Visionen verändern sich in dem Maße mit, wie ich mich selbst weiter entwickele.

Meinen Beruf lebe ich mit großer Neugier und mit Begeisterung aus. Eine meiner visionären Fähigkeiten ist die, in jedem Einzelnen das „Funkeln eines Diamanten“ sehen zu können, selbst wenn es sich oft um Rohdiamanten handelt. Mein Antrieb als Coach und Trainerin tätig zu werden war, Menschen mit „Ecken und Kanten“ durch nützliches Wissen zu fördern und sinnvoll zu unterstützen. Wäre ich Personal-„Ent-Scheiderin“ geworden, hätte ich viele Menschen ausselektieren müssen, die so zu meinen Klienten geworden sind und eine Chance bekamen. Mein Blick auf das Potenzial von Menschen ist mittlerweile so geschärft, dass ich einfach Diamanten sehe, weshalb es mir heute noch schwerer fiele, Bewerber nach Hause zu schicken.

Insgesamt lasse ich mich meist von meinem Herzen leiten (wenn auch nicht kopflos) und tue das, was mir Freude macht. Der Weg, den ich dafür auch über viele Hürden hinweg und gegen so manche Konvention gegangen bin, war nicht immer einfach – oft auch einsam. Dass ich viele Jahre studieren konnte, erlebe ich als Geschenk. Meine Selbstständigkeit begann im mutigen Alter von 21 Jahren, damals als Reiseleiterin. Ich wollte reisen und wie viele junge Menschen die Welt entdecken, was ich mir auf diese Weise finanzierte. Gerade weil ich die Reisen mittlerweile auf dem Weg nach Innen begleite, erfüllt mich das, was ich tue, bis heute.

Karriere und Geld waren und sind für mich keine Antriebsmotive. Zeit und Freiheit schon, ebenso Herausforderung und auch Anerkennung. Spaß und Sinn sind für mich längst nicht mehr unvereinbar – das eine bringt Leichtigkeit, das andere Tiefe mit sich.

Wahrscheinlich entspricht mein Lebensweg schon dem einer Visionärin und ich weiß meine Freiheiten zu schätzen – besonders als Frau.



Meines Erachtens sind wir alle Visionäre, weil wir ein natürliches Bestreben in uns haben, uns ständig weiterzuentwickeln.

Ich finde es wichtig, dass wir auch in schwierigsten Zeiten und Krisen nicht den Kopf in den Sand stecken, sondern etwas folgen, das uns nach vorne zieht. Die Betrachtung dieses Aspekts von Vision, der so viel Kraft und Mut freisetzt, dass Menschen im wahrsten Sinne des Wortes „aufbrechen“, wird ein wichtiger Schwerpunkt des Promotionsvorhabens sein. Denn wenn das im Coaching passiert, erlebe ich oft erstaunliche und wundersame Verwandlungen bei Menschen.

Die eigene Berufung zu finden scheint damit eng verknüpft.

# 1. EINLEITUNG

## 1.1 AKTUELLE BEDEUTUNG UND EINGRENZUNG DES THEMAS

Viele sind derzeit Betroffene eines Arbeitsmarktwandels, der sie auffordert, die Richtung zu verändern. Berufe verschwinden, völlig neue entstehen. Nach vielen Jahren hoher Arbeitslosigkeit haben Firmen jetzt Schwierigkeiten, qualifiziertes Personal und Auszubildende zu bekommen. Etwas Positives bringt dies mit sich: die Ressource Mensch muss in Unternehmen mehr gepflegt werden, denn Unternehmen brauchen ihre Mitarbeiter einfach einige Jahre länger. Themen wie Gesundheitsförderung werden endlich zu wichtigen Unternehmenszielen. „Ausgeschlissene“ Mitarbeiter sind eben nicht mehr so leicht durch neue zu ersetzen, wie es in Zeiten größerer Arbeitslosenzahlen möglich war. Auch ältere Mitarbeiter werden dadurch an Wertschätzung gewinnen, was lange nicht der Fall war.

Erschreckend ist allerdings die zunehmende Zahl derer, die hoffnungslos überarbeitet sind. „Ein Volk der Erschöpften“ (SPIEGEL, Ausgabe 4/2011), diese oder ähnliche Schlagzeilen greifen diese Problematik auf. Freiwillige Auszeiten zur Regeneration sind für viele wegen chronischem Zeitmangel undenkbarer Luxus. Manche geraten daher irgendwann in unfreiwillige Auszeiten, z. B. aufgrund von Krankheit. Dabei ist der Ausstieg aus dem Hamsterrad von Zeit zu Zeit aus vielen Gründen wertvoll. Ein bewusster Blick zurück nach vorn lohnt: Überprüfen, ob man noch auf dem richtigen Weg ist, noch das macht, was wirklich gut tut und erfüllt.

Auszeiten sind eine Chance, sich im wahrsten Sinne des Wortes zu „besinnen“, was man wirklich will, am besten kann und was wirklich wichtig ist.

Ein Teil der Menschen begegnet sich bereits in intensiver persönlicher und spiritueller Entwicklung unterschiedlichster Art und Weise. Immer mehr Menschen folgen einer gesunden und ökologischen Lebensweise. Sie beginnen sich wieder mehr mit der Natur zu verbinden und setzen sich intensiv dafür ein, sie zu erhalten. Menschen begeben sich zur Selbstsuche und Sinnfindung auf eine Art Pilgerreise oder kommen „einer höheren Macht“,

z. B. durch meditieren, näher. Dadurch erfahren oder begegnen sie „Etwas“, das ihnen Vertrauen und Kräfte verleiht. Etwas, das Sinn macht. Etwas, das Halt gibt. Etwas, das Beständigkeit vermittelt. Visionen spielen hierbei eine wichtige Rolle, weil sie zu diesen Entwicklungen beitragen und zu neuen Erfahrungen und Erkenntnissen führen können.

Bereits die alten Philosophen wie PLATON, ARISTOTELES und andere, haben sich die Frage gestellt, ob es so etwas wie eine Bestimmung gibt, die der Mensch hier auf der Erde zu erfüllen hat. Heutzutage ist es eher die Frage nach einer Lebensaufgabe, die mehr als die schlichte Ausübung eines Berufes meint, die Menschen sich stellen. Etwas, das mit tiefem Sinn einhergeht. In beiden Fällen lässt sich auch von einer Berufung sprechen.

Die Indianer sagen, eine Berufung zeige sich auf natürliche Weise zwischen dem 42. und 49. Lebensjahr, so die Psychologin CHRISTA YELLOWTAIL (Witwe eines Indianer-Häuptlings aus Nordamerika), die heute wieder im Allgäu lebt. Dies entspricht in etwa der Lebensmitte. Auch hier lohnt wieder die Zeit für einen Blick zurück und nach vorn. Für manche wird er zur Sinnkrise und führt in die Mid-Life-Crisis. Werte ändern sich, bis dato Wichtiges ist erreicht und wird plötzlich unwichtig. Bei immer mehr Menschen geht gerade in dieser Lebensphase sprichwörtlich das Feuer aus: Burnout.

Eine Berufung kann zur andauernden Kraftquelle werden und in einer Zeit extremer Veränderungen auch der inneren Stabilität dienen.

Doch was ist, wenn sich „die Berufung“ nicht von allein zeigt oder der Einzelne nicht so lange warten will? Ist es möglich, die Berufung auf andere Weise herauszufinden oder zu fördern? Das setzt natürlich voraus, dass man überhaupt eine Berufung hat.

Wenn Visionen im Kontext von Beruf und Berufung eine wichtige Rolle spielen, kann man Visionen dann fördern und falls ja, lässt sich dadurch die Berufung finden? Wie kann das z. B. im Rahmen von Coaching geschehen?

In dieser Arbeit geht es nicht darum, die grundsätzliche Wirksamkeit von Coaching und seine Berechtigung als Methode zu erforschen bzw. zu belegen. Das haben andere bereits komplex und fundiert getan. Auf deren Ergebnisse wird hier aufgebaut.

In dieser Arbeit wird betrachtet und untersucht, welche speziellen methodischen Zugänge – auch aus dem Bereich Coaching, aber nicht nur – dazu beitragen können, Visionen (im heutigen Verständnis) bei Menschen zu fördern, um dadurch vom Beruf zur Berufung (im heutigen Verständnis) zu gelangen.

Hierbei erfolgt ein Rückgriff auf sehr alte Formen der Selbst- und Sinnsuche sowie der Visionsförderung (z. B. Pilgern, Visions-Suche). Denn die Frage nach dem Sinn des Lebens oder einer Lebensaufgabe hat Menschen von je her beschäftigt. Einige dieser alten Zugänge fließen mit neueren methodischen Zugängen aus dem Bereich Coaching in dem Seminar-Konzept Visions-Coaching Allgäu zusammen. Im Rahmen dieser Dissertation werden sie auf ihre visionsfördernde Wirkung hin betrachtet.

Forschungsanliegen ist weiter, zu einer Annäherung der beiden Begriffe „Beruf und Berufung“ beizutragen, weil diese bis heute weit voneinander entfernt sind. Wenn ein Beruf gleichzeitig Berufung ist, hat dies für die Einzelnen wie für das Kollektiv viele Vorteile, wie in dieser Arbeit aufgezeigt werden soll. Wesentlich ist insgesamt, ein modernes Verständnis sowohl von Visionen als auch von Berufung zu definieren, denn letztlich soll dem modernen Menschen – wenn auch mit zum Teil sehr alten Zugängen – eine Annäherung vom Beruf zur Berufung gelingen.

## 1.2 HYPOTHESEN

### Hypothese 1:

Beruf und Berufung sind nicht das Gleiche.

*Ein Merkmal zur Unterscheidung ist das Vorhandensein einer Vision innerhalb einer Berufung.*

### Hypothese 2:

Visionen sind förderbar.

*Allerdings bleibt die Frage offen, ob Visionen gezielt und unmittelbar gefördert werden können oder nur vorbereitend und mittelbar.*

### Hypothese 3:

Coaching ist für die Förderung von Visionen geeignet.

*Dies bezieht sich besonders auf kreative und erlebnisorientierte methodische Zugänge.*

### Hypothese 4:

Die Wirkfaktoren Natur/Wandern unterstützen die Förderung von Visionen.

*Dies wird u. a. durch die alte und wiederentdeckte kultur- und religionsübergreifende Tradition des Pilgerns deutlich.*

### Hypothese 5:

In der Arbeit mit Visionen geht es nicht nur um den Blick in die Zukunft, sondern zunächst um ein Rückbesinnen und Erinnern.

*Dies bezieht sich auf Bedürfnisse und Träume sowie auf vorhandene Ressourcen.*

### Hypothese 6:

Das Thema Visionen (auch das Fördern von Visionen) ist mit Angst besetzt.

*Einer der Gründe für diese Angst ist, dass Visionen im geschichtlichen Rückblick Menschen das Leben gekostet haben (z. B. JEANNE D' ARC).*

Hypothese 7:

Am Beispiel JEANNE D'ARCS können wichtige Eigenschaften einer Visionärin bzw. eines Visionärs abgeleitet werden, die bis heute von Bedeutung sind. *JEANNE D'ARC ist ihrer inneren Stimme bzw. ihrer göttlichen Vision gefolgt. Sie hat auf mehrfache Weise durch ihre Vision Unmögliches möglich gemacht.*

Hypothese 8:

Menschen mit Visionen können eine wichtige Rolle für andere spielen. *Dies lässt sich u. a. an JEANNE D'ARC verdeutlichen, die durch ihr Handeln zu einer in der Geschichte meist gekannten Personen geworden ist.*

Hypothese 9:

Viele Menschen sind heutzutage unzufrieden mit ihrer Arbeit. *Anstatt bei einer Umorientierung im eigenen Inneren zu suchen und auf die tiefsten Herzenswünsche zu hören, wird besonders im Außen gesucht und doch nicht gefunden, was wirklich tief erfüllt.*

Hypothese 10:

Die Förderung von Visionen kann vom Beruf zur Berufung führen. *Eine Berufung zu haben ist neben ihrer sinnstiftenden Wirkung deshalb wichtig, weil sie als Lebensaufgabe gerade in Zeiten schneller Veränderungen, Krisen und Umbrüchen etwas Stabilisierendes mit sich bringt.*

Hypothese 11:

Visionen haben in unterschiedlichen Kulturen unterschiedliche Bedeutungen bzw. eine andere Art von Wichtigkeit. *Dies ist für die Förderung von Visionen in unserem Kulturkreis relevant und zu berücksichtigen.*

### 1.3 AUFBAU DES THEORETISCHEN TEILS

Zunächst findet zur Definition von Visionen eine Auseinandersetzung mit der Literatur statt (Kapitel 2). Dabei wird „Vision“ in seiner begrifflichen Entstehungsgeschichte wie in der heutigen Bedeutung betrachtet. Die Entwicklung des Visions-Begriffs im Wandel der Zeit aufzuzeigen ist hilfreich, weil dadurch die Veränderung von etwas eher passiv Empfangendem hin zu etwas aktiv Gestaltendem deutlich wird. Visionen spielen heute in vielen Bereichen unserer Gesellschaft eine wichtige Rolle, z. B. in Wirtschaft, Politik, in kulturellen Kontexten, bei Wertvorstellungen des Einzelnen, im kollektiven Unbewussten etc. Der Visions-Begriff erfordert eine klare Definition, um ihn auch von angrenzenden Begriffen zu unterscheiden. Es geschieht eine Betrachtung des spirituellen Verständnisses von Visionen, da für die Beantwortung der Forschungsfragen auch ein Blick aus religiöser oder mystischer Sicht wesentlich erscheint. Es wird weiter dargestellt, wie Visionen entstehen können bzw. aufgrund welcher Voraussetzungen und Rahmenbedingungen man Visionen fördern kann. Auch die Themen Angst und Blockaden werden aufgegriffen, da diese in der Arbeit mit Visionen eine entscheidende Rolle spielen. In diesem Zusammenhang erfolgt eine komprimierte Betrachtung vom Portrait JEANNE D´ARCS als Paradigma einer bekannten Visionärin. Als Leitfigur für diese Arbeit verkörpert sie mit ihrer enormen Kraft, ihrem Glauben und Mut sowie ihrer Risikobereitschaft bis heute wichtige Eigenschaften einer Visionärin. Am Ende dieses Kapitels geschieht ein Exkurs zum Begriff Seele, da es in Bezug auf Visionen etwas zu geben scheint, das mit dem willentlichen Kreieren einer Vision nichts zu tun hat.

In Kapitel 3 erfolgt eine Betrachtung der Begriffe Beruf und Berufung. Auch hier werden die begriffliche Entstehungsgeschichte und die Entwicklung hin zum heutigen Verständnis dargestellt. Daran wird deutlich, dass Beruf und Berufung bis heute nicht oder nur schwierig als vereinbar bezeichnet werden können. In diesem Zusammenhang wird die Verbindung zu und die Rolle von Visionen erörtert. Im Anschluss werden Wege vom Beruf zur Berufung skizziert. Das individuell unterschiedliche Verständnis einer Berufung heutzutage wird anhand von Beispielen lebender Persönlichkeiten (zum Teil Prominenter aus Wirtschaft, Politik, Sport und Kultur) dargestellt. Sie be-

schreiben ihren Beruf bzw. ihre Berufung und zeigen daran auch, wie sich der Begriff Berufung vom ursprünglichen Verständnis weg entwickelt hat. Obwohl dies ein sehr individuelles Erleben ist, gibt es gewisse Faktoren, die sich einheitlich beschreiben lassen und damit ermöglichen, Berufung im heutigen Verständnis zu definieren und klar vom Begriff Beruf abzugrenzen. Interessant ist die Auseinandersetzung mit Motiven und Antriebsfaktoren, die Menschen heutzutage haben, wenn sie den Weg vom Beruf zur Berufung gehen. Neben dem Vorhandensein von Visionen gibt es nämlich noch andere Motivationen. Weiter werden Kriterien bzw. Fähigkeiten erläutert, wie z. B. eine gute Wahrnehmungsfähigkeit von inneren und äußeren Vorkommnissen, die auf dem Weg zur Berufung von Bedeutung sind.

Zur Definition von Coaching erfolgen in Kapitel 4 eine Herleitung des Begriffes sowie eine Betrachtung der Bedeutung als Unterstützungsmöglichkeit in beruflichen Themen der heutigen Zeit. Dazu wird ein Überblick über die Entwicklung von Coaching geboten. Eine Abgrenzung zu Training, Moderation, Supervision, Mediation und Psychotherapie ist sinnvoll und wichtig. Es werden kurz einige neuere wissenschaftliche Erkenntnisse zur Wirksamkeit von Coaching mit einfließen. Zur Verdeutlichung der praktischen Arbeit im Coaching werden zwei wirkungsvolle Instrumente – Fragen und Ziele – exemplarisch dargestellt. Anschließend erfolgt die Auseinandersetzung mit erforderlichen methodischen Zugängen für die Arbeit mit Visionen im Coaching.

In Kapitel 5 werden für die Arbeit mit Visionen im Coaching draußen weitere Elemente als interaktive Zugänge vorgestellt: Die Natur (bzw. das Sein in der Natur) und das Wandern (bzw. das Bewegen in der Natur). Diese Zugänge führen zum Erfahren der Natur und sich selbst als Teil derselben, was im Hinblick auf Visionen von großer Bedeutung zu sein scheint. Die genannten Elemente werden auf ihre Entstehungsgeschichte und ihre Wirkungsweise hin betrachtet. Dabei werden u. a. naturphilosophische Aspekte und das Pilgern als eine sehr alte Form der Sinnsuche hinzugezogen. Diese Zugänge fließen in das „Visions-Coaching Allgäu“ mit ein. Als Seminarkonzept wurde es selbst entwickelt und mehrfach durchgeführt. Neben den bereits genannten Elementen (Coaching, Natur und Wandern) findet darin eine Orientie-



rung an einer ursprünglich indianisch/amerikanischen Form der Suche von Visionen statt, bei der man viel Zeit allein draußen in der Natur verbringt. Auf diese Form der Visionssuche und speziell das darin verankerte „Medizinrad“ wird ebenfalls eingegangen.

Die Untersuchung der Förderung von Visionen bildet den Kern des empirischen Teils dieser Arbeit. Dazu fließen die Ergebnisse einer schriftlichen Befragung der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu (Kap. 7) sowie aus Interviews mit Experten zum Thema Visionen (Kap. 6) mit ein. Das genaue methodische Vorgehen wird in den nachfolgenden Punkten beschrieben.

Bemerkung:

*Interpretationen und Kommentare werden zur Deutlichkeit (besonders im empirischen Teil) in Kursiv gehalten.*

Noch eine Anmerkung:

Zu Gunsten des Schreibflusses und der Lesbarkeit wurde die weibliche Form selten explizit ausgeschrieben. In Fällen der Verallgemeinerung sind selbstverständlich immer auch die Frauen gemeint.

## 1.4 CHRONOLOGISCHER ENTSTEHUNGSPROZESS DIESER ARBEIT

Hinsichtlich der methodischen Vorgehensweise und zu meiner Rollenklärung (Forscherin und Leiterin hinsichtlich des Visions-Coachings Allgäu) ist folgende Darstellung von Relevanz.

Dem Beginn dieser Doktorarbeit ging voraus:

*März 2006:*

Das Seminarkonzept „Visions-Coaching Allgäu“ entsteht in gemeinschaftlicher Erarbeitung mit einem Partner. Intensive Literaturrecherche zum Thema Visionen für die Seminarkonzeption erfolgt im Vorfeld.

*Juli 2006:*

1. Seminardurchführung mit 3 Personen (nur Frauen) von mir allein. Der Impuls grundsätzlich zu promovieren entsteht innerhalb dieses Seminares.

*September 2006:*

2. Seminardurchführung mit 5 Personen und 2 Coaches.

*Herbst/Winter 2006:*

Exposé-Erarbeitung zum Thema „Visionen im Kontext von Beruf und Berufung“ beginnt. Das Thema ist angelehnt an eigenes berufliches Wirken.

*März 2007:*

3. Seminardurchführung mit 6 Personen und 2 Coaches.

*Juli 2007:*

4. Seminardurchführung mit 4 Personen und 2 Coaches.

*Juli 2007:*

Annahme des Exposés. Beginn der Promotionszeit.

*August 2007:*

5. Seminardurchführung mit 2 Personen (Frauen) von mir allein.

*September 2007:*

6. Seminardurchführung mit 4 Personen und 2 Coaches.

*November 2007:*

Entscheidung zur Integration einer schriftlichen Befragung der Teilnehmer vom Visions-Coaching Allgäu als ein Teil dieser Doktorarbeit. Erstellen des Leitfadens für die Befragung anhand der relevanten Forschungsfragen. Gleichzeitig Entwicklung des Interview-Leitfadens für die geplanten Interviews mit Experten zum Thema Visionen.

*Dezember 2007:*

Versand der Leitfäden per E-Mail an die ehemaligen Seminar-Teilnehmer. Schriftliche Befragung erfolgt damit in 3 Fällen 1½ Jahre nach Teilnahme, in 5 Fällen 1¼ Jahre danach, in 6 Fällen ¾ Jahr nach Seminar, in 4 Fällen ½ Jahr später, in 2 Fällen 4 Monate später, in weiteren 4 Fällen 3 Monate nach Seminarschluss und in 1 Fall 1 Monat nach Seminar (diese Befragung wurde durch eine spätere Nacherhebung im Frühjahr 2008 erfasst, weil das Seminar erst dann durchgeführt wurde).

*Januar/Februar 2008:*

Rücklauf der Antworten. Alle Teilnehmer haben geantwortet. Von bis dato 24 Personen kommen 21 Rückmeldungen (3 Personen haben zweifach teilgenommen und damit nur einfach geantwortet).

*Herbst/Winter 2007/2008:*

Weiterarbeit am Theorieteil der Dissertation, speziell am Thema Beruf und Berufung und der Auseinandersetzung mit lebenden Persönlichkeiten in diesem Kontext. Frage: Was bedeutet für diese Menschen Berufung? Was macht sie aus? Recherche zum Portrait von JEANNE D´ARC als Leitfigur dieser Arbeit.

*März/April 2008:*

7. Seminardurchführung. 1 Monat später Nacherhebung der letzten schriftlichen Befragung.

*Mai/Juni 2008:*

Erste grobe Betrachtung und Gegenüberstellung der Antworten der Teilnehmer. Weiterarbeit am Theorieteil zu Beruf und Berufung. Fertigstellung eines Interview-Leitfadens für halbstrukturierte Interviews mit ausgewählten Experten zum Thema Visionen. Pause in der Auswertung der schriftlichen Befragung der Teilnehmer.

*Juli 2008:*

Pause im Theorieteil. Persönliches Interview mit erstem Experten HANS KREIS. Unmittelbar danach Transkription desselben und grobe Längsschnittauswertung. Anschließend Ergänzung des Pilot-Leitfadens um zwei weitere Fragen.

*September 2008:*

Persönliches Interview mit zweitem, südamerikanischen Experten EL VIEJO. Anschließende Seminarteilnahme bei ihm, aufgrund seiner Einladung für ein besseres Verständnis seiner Arbeit. Sowohl ich als auch die spanische Übersetzerin nehmen daran teil. Unmittelbar danach Transkription des Interviews. Übersetzung des Interviews (durch die Muttersprachlerin und mich) im Laufe der nächsten Wochen. Grobe Längsschnittauswertung der Übersetzung des Interviews.

*Herbst 2008:*

Weiterarbeit am Theorieteil zu Beruf und Berufung und zum Thema Coaching.

*November 2008:*

Persönliches Interview mit drittem Experten VOLKER BRETZ. Unmittelbar danach Transkription desselben und grobe Längsschnittauswertung.

*Dezember 2008:*

Persönliches Interview mit vierter Expertin LEELA MATA aus Indien auf Englisch. Unmittelbar danach Transkription desselben, Übersetzung durch mich. Grobe Längsschnittauswertung der Übersetzung.

*Januar bis Juni 2009:*

#### ZWISCHENSTAND

Verdichtung der Ergebnisse der bisher bearbeiteten und ausgewerteten Teile. Die einzelnen Erkenntnisse aus den Experten-Interviews werden mehr und mehr vergleichbar. Durch die Auseinandersetzung mit der Fachliteratur lassen sich diese Teile aufeinander beziehen. In der Reflexion der Seminararbeit und Betrachtung der Antworten der Teilnehmer werden vor dem Hintergrund aller vorliegenden Erkenntnisse viele Wirkungszusammenhänge deutlich. Erste neue Erkenntnisse entstehen – zunächst in meinem inneren Verständnis.

*Juli 2009:*

Persönliches Interview mit fünftem und letztem Experten JOACHIM KAMPHAUSEN. Unmittelbar danach Transkription desselben und grobe Längsschnittauswertung.

*August/September 2009:*

Ausführliche Querschnittsbetrachtung der Experten-Interviews. Beginn der anschließenden Darstellung der Ergebnisse und Interpretation in Kapitel 6.

*Oktober 2009 bis Oktober 2010:*

Weiterarbeit am Literaturteil dieser Arbeit. Lesen von Fachliteratur, um das neu gewonnene Experten-Wissen und die ersten Erkenntnisse auf bereits Vorhandenes in der Literatur zu überprüfen. Hier speziell begriffsgeschichtliche Betrachtung von Visionen, Beruf/Berufung, Naturphilosophie und Pilgern. Recherche zur Wirkung und Bedeutung der Natur und des Wanderns im heutigen Verständnis.

*November 2009:*

Erstes supervisorisches Interview mit mir zum Visions-Coaching Allgäu. Laufende Supervisionsgespräche hatten ca. vierteljährlich stattgefunden. Transkription des Interviews und reflektierende Auswertung mit der Supervisorin. Danach Weiterarbeit an der Querschnittsauswertung der schriftlichen Befragung der Teilnehmer.

*Winter 2009/2010 bis Frühjahr 2010:*

Stetige Weiterarbeit an allen Teilen, besonders sprachliche Überarbeitungen, Kürzungen und Darstellung neuer Sinnzusammenhänge.

*Sommer 2010:*

Zweites supervisorisches Interview zur Gesamtreflexion aller Teile und zum bisherigen methodischen Vorgehen. Erweiterung der neuen Erkenntnisse und Sinnzusammenhänge in allen Teilen.

*Herbst 2010:*

Fertigstellung der Querschnittsauswertung der schriftlichen Befragung der Teilnehmer.

*Winter 2010:*

Fertigstellung der theoretischen Beschreibung des Visions-Coachings Allgäu.

*Frühjahr 2011:*

Verdichtung der Erkenntnisse, zusammenfassende Betrachtung und Erarbeitung des Fazits und Ausblicks.

*Sommer 2011:*

Stilistische und erneute vergleichende sowie inhaltliche Überarbeitung aller Teile der Arbeit. Erstellung des Anhang-Bandes.

Die Erkenntnisse der Experten-Interviews sowie Teile der Literaturbetrachtung waren nicht in die Entwicklung und Umsetzung des Seminarangebotes mit eingeflossen, da dieses vorher entwickelt und durchgeführt wurde.

Durch diese chronologische Entstehungsabfolge waren die Erlebnisse mit den Teilnehmenden stets sehr präsent. In den Interviews mit den Experten tauchten so viele Einzelerlebnisse vor meinem inneren Auge auf. Dies führte zu einem tieferen Verstehen, besonders im Hinblick auf die aktive Förderung von Visionen und dem, was empirisch (aus meinem Erleben) in und mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern während des Visions-Coachings Allgäu geschehen war. Insofern entstanden bei der Auswertung der Interviews laufend Erkenntnisse, weil das Erfahrungswissen (aus dem Visions-Coaching Allgäu) auf wissenschaftliche Erkenntnisse und Expertenaussagen bezogen werden konnte und auch an Bestätigung fand.

In der späteren Auseinandersetzung mit der Literatur zu den Themen Berufung, Wandern als Wirkfaktor und Natur als Wirkfaktor konnten dadurch ebenso wissenschaftliche Anknüpfungspunkte für Beobachtungen innerhalb des bereits durchgeführten Visions-Coachings Allgäu gefunden werden.

Der hermeneutische Prozess dieser Promotion lässt sich damit wie folgt zusammenfassen:

Fundierte Kenntnisse aus langjähriger Berufspraxis haben zur Entwicklung des Konzeptes „Visions-Coaching Allgäu“ geführt. Dieses wurde durchgeführt und evaluiert. Durch die vertiefte Auseinandersetzung mit relevanter Fachliteratur und das Führen und Auswerten der Experten-Interviews kamen weitere Erkenntnisse für diesen Forschungskontext hinzu. Damit konnte das Seminarkonzept tiefer durchdrungen werden und neue Erkenntnisse zur Förderung von Visionen im Kontext von Beruf und Berufung entstehen.

Eine vertiefende Erläuterung der methodischen Vorgehensweise erfolgt im nächsten Punkt.

## 1.5 METHODISCHES VORGEHEN IM EMPIRISCHEN TEIL

Im Rahmen der qualitativen Sozialforschung wurde im Speziellen mit der hermeneutischen Textanalyse gearbeitet. Die Hermeneutik kann als eine Theorie über die Auslegung von Werken und über das „Verstehen“ bezeichnet werden. „Die Hermeneutik hat wohl die längste Tradition wissenschaftlichen Umgangs mit sprachlichem Material“ (MAYRING, 2008, S. 27). Ihr Ziel sei nicht nur das Interpretieren von Texten, sondern auch eine sinnhafte Realität zu entfalten und zu entwickeln. Eine hermeneutische Aufgabe ist damit, den Sinn, der in Texte und auch Sprache (wie in dieser Arbeit in Interviews und schriftlichen Befragungen) eingegangen ist, herauszulesen und sachgerecht zu interpretieren.

Die wissenschaftlich kontrollierte Interpretation stelle eine höhere Form des Verstehens dar. Sie wird durch ein besonderes Vorgehen, den sog. „hermeneutischen Zirkel“, gerechtfertigt. Diese Zirkelstruktur beruhe auf dem eigenen Vorverständnis des Forschenden, das sich in der Interpretation für den Gegenstand zu öffnen versucht. „So bewegt sich das Verstehen in einer Dialektik zwischen Vorverständnis und Sachverständnis in einem kreisenden oder richtiger: in einem spiralförmig fortschreitenden Geschehen weiter“ (CORETH, 1969, S. 116).

LAMNEK (2005) beschreibt dazu: „Man kann einen Text nur verstehen, wenn bereits ein gewisses Vorverständnis vorhanden ist. Mit dem Verstehen des Textes erfährt das zugehörige Vorverständnis eine Korrektur und Erweiterung, so dass wiederum ein besseres Textverständnis entsteht usw.“ (ebd., S. 62). LAMNEK bezieht sich weiter auf HEIDEGGER (1963), der diesen Begriff stark mit geprägt hat. Nur wo der Interpret sich selbst in der Wirklichkeit verstehe, die erkannt werden soll, könne es zu dem Austausch kommen, in dem das Vor-Verständnis in wiederholtem Wechsel von dem Text-Sinn überwunden werde und die Wahrheit des Textes sich durchsetze (LAMNEK, 2005).

Die chronologische Entstehungsabfolge der einzelnen Teile dieser Arbeit und das rotierende Arbeiten an den jeweiligen drei Teilen (Theoriebetrachtung,



Experten-Interviews, schriftliche Teilnehmerbefragung) führten im Prozess der Befunderhebung und Überprüfung zur ständigen Erweiterung des eigenen Vorverständnisses bzw. (Sinn-) Verständnisses.

Methodisch wird in Bezug auf die Betrachtung und den Vergleich der drei Teile in dieser Arbeit auch von einer Perspektiventriangulation (FLICK, 1991) gesprochen. Dabei handelt es sich um eine Methode, bei der aus mehreren Perspektiven – wie hier der der Fachliteratur, der Experten, der Teilnehmer und der Forscherin – auf die Fragestellungen geschaut wird, was die Validität der Ergebnisse erhöht. Zudem geschah durch den permanenten supervisorischen Prozess während der Entstehung dieser Arbeit eine kommunikative Validierung. Die Auswertung der schriftlichen Befragung fand in Reflexion der Ergebnisse mit einer ehemaligen Teilnehmerin des Visions-Coaching Allgäu statt, wodurch eine weitere Perspektive (neben der der Autorin) hinzukam.

### **1.5.1 Experten-Interviews**

Im empirischen Teil der Arbeit werden zunächst Ergebnisse aus Experten-Interviews dargestellt. Hierzu wurde eine explorative Form des qualitativen Interviews gewählt. Dieses wurde teil- oder halbstandardisiert anhand von Interview-Leitfäden (Anhang 1) mit fünf Experten aus unterschiedlichen Kulturkreisen geführt. Zwei der fünf Interviews wurden in anderen Sprachen (englischer Leitfaden in Anhang 2 und spanischer Leitfaden in Anhang 3) geführt und später übersetzt (von einer Spanisch-Muttersprachlerin und mir als staatl. gepr. Fremdsprachensekretärin für Englisch und Spanisch). Die Fragen wurden den Experten vorab per E-Mail zugesandt bzw. kurz vor dem Interview überreicht; den nicht Deutschen jeweils in ihrer Muttersprache (siehe Anhang 2 und 3).

Die Form des persönlichen Interviews wurde deshalb gewählt, weil es auch um ein Sinnverstehen jenseits der gesprochenen Worte ging (nonverbale Kommunikation). Eine schriftliche oder telefonische Befragung hätte die Reaktionen außen vor gelassen, die durch das inspirierende persönliche Zusammentreffen ausgelöst wurden. Als halbstrukturierte Leitfaden-Interviews

geführt, fand eine Strukturierung durch die Experten (Subjekt) und mich als Forschende gleichermaßen statt. Ziel war, die Experten themenspezifisch zum Sprechen zu bringen, was eine Strukturierung ihrer Äußerungsinteressen, das Einhalten der Struktur des Leitfadens und der vorhandenen Zeit meinerseits erforderte. Die Frageformulierungen waren also festgelegt; die interviewten Personen haben aber zum Teil selbst die Reihenfolge der Beantwortung bestimmt bzw. die Fragen wurden in der Reihenfolge gestellt oder beantwortet, wie sie am besten in den Gesprächsverlauf gepasst haben.

Es wurde bewusst keine narrative Interview-Form gewählt, da die Organisation der Sprache und etwaige Rückschlüsse daraus nicht im Zentrum des Forschungsinteresses lagen. Es sollte vielmehr eine vergleichende Querschnittsbetrachtung an Experteneinschätzungen und -wissen vorgenommen werden, bei der der inhaltliche Aussagegehalt im Vordergrund stand. Die Auswertung geschah deshalb auch ohne die interviewten Personen.

Während der Interviews mit den Experten wurden keine weiteren schriftlichen Aufzeichnungen gemacht, da dies den Erzählfluss gestört hätte. Die Interviews wurden auf Tonträger aufgezeichnet und im Anschluss nahezu wortgetreu transkribiert. Die beiden fremdsprachlichen Transkriptionen wurden danach ins Deutsche übersetzt. Die Transkription wurde allen Interviewpartnern zugesandt, um deren Einverständnis zum Inhalt für die Verwendung in dieser Arbeit zu erhalten. Den fremdsprachlichen Experten wurde nur ihre muttersprachliche Transkription zugesandt. Die Transkriptionen sowie die beiden Übersetzungen der fremdsprachlichen Interviews befinden sich im separaten Anhang-Band.

In einem zweiten Schritt wurden die Aussagen minimal stilistisch bearbeitet. Die Auswertung der Interviews geschah dann zunächst in der Längsschnittbetrachtung (siehe ebenfalls separater Anhang-Band), um die Antworten auf die für diese Arbeit wesentlichen Forschungsaspekte zu reduzieren. Diese reduzierten und zum Teil schon interpretierten Aussagen wurden dann in einer groben Querschnittsbetrachtung (siehe ebenfalls separater Anhang-Band) für die Auswertung der einzelnen Fragen zu Grunde gelegt. Eine ein-

deutige Zuordnung der Antworten zu den jeweiligen Fragen war nicht immer ganz einfach, da die Experten als Subjekte der Forschung mit Einfluss auf die Interviewstruktur genommen haben und fragenübergreifend bzw. wie im Falle des südamerikanischen Experten sehr frei geantwortet haben. Der Leitfaden wurde somit im Sinne dieser qualitativen Interview-Form nur als Orientierungselement benutzt, da aus meiner Sicht das für den Forschungsaspekt Relevante geäußert wurde.

Für die endgültige Auswertung – wie sie in Kapitel 6 erfolgt – wurde in der Querschnittsbetrachtung auf Zitate aus den Originaltranskriptionen und den Übersetzungen der fremdsprachlichen Interviews zurückgegriffen. Dieses Vorgehen war erforderlich, um das Expertenwissen optimal zur Erforschung nutzen zu können. Eine zu sehr reduzierte Darstellungsweise hätte aus meiner Sicht viele wesentliche Details zur Klärung der Forschungsfragen außen vor gelassen. Aus diesem Grund sind die Zitate der Experten an manchen Stellen bewusst ausführlich gestaltet. Eine Rückübersetzung der fremdsprachlichen Interviews (von deutscher Übersetzung in Originalsprache) wurde in Betracht gezogen, dann allerdings als nicht entscheidend für das vordergründige Sinnverstehen erachtet.

In den Interviews wurde der Visionsbegriff auch in seiner interkulturellen Bedeutung beleuchtet. Dies geschah vor dem Hintergrund des Kontextes Beruf und Berufung und ermöglicht somit eine komplexere Betrachtung hinsichtlich der oben genannten Forschungsfragen. Damit liegen fünf Betrachtungsweisen im deutschen und mitteleuropäischen Verständnis, dem asiatisch/indischen Kulturkreis, dem nordamerikanisch/kanadischen Kulturraum sowie dem südamerikanischen tiefenökologischen Verständnis vor. So konnten u. a. interkulturelle Gemeinsamkeiten und Unterschiede (möglicherweise auch individuell gefärbt) sowie neue Erkenntnisse zum Visionsbegriff und der Förderung von Visionen gewonnen werden. Aus diesen Interviews allerdings allgemeingültige Erkenntnisse zu ziehen, ist nicht möglich.

Nach dem ersten Pilot-Experten-Interview (mit HANS KREIS) wurden noch die Fragen 2 und 10 in den Interview-Leitfaden mit aufgenommen. Die Antworten auf diese Fragen zu unterschiedlichen Arten von Visionen und zum

Vorhandensein einer persönlichen Vision erwiesen sich nach dem ersten Interview als sinnvoll und notwendig. In der Transkription von KREIS verrutschen damit die Zuordnungen der Antworten jeweils nach oben (da Frage 2 fehlt). Folgende Fragen wurden den anderen Experten gestellt:

1. Was verstehen Sie unter dem Begriff Visionen?
2. Gibt es aus Ihrer Sicht unterschiedliche Arten von Visionen?
3. Welches Verständnis hat man in Ihrem Kulturkreis von Visionen?
4. Wozu können Visionen bei einem Menschen hilfreich sein?
5. Wie kommen Menschen zu Visionen?
6. Kann man Visionen fördern? Wenn ja, wie genau fördern Sie Visionen bei den Menschen?
7. Was beobachten Sie bei den Menschen, mit denen Sie arbeiten?
8. Gibt es Faktoren, die Visionen eher blockieren?
9. Gibt es für Sie einen Unterschied zwischen Beruf und Berufung? Wenn ja, welche Rolle spielen Visionen in diesem Kontext?
10. Haben Sie persönlich eine Vision? Wenn ja, wie sind Sie an sie gekommen?

### **1.5.2 Visions-Coaching Allgäu**

Zweites empirisches Element dieser Arbeit ist das „Visions-Coaching Allgäu“. Das Visions-Coaching Allgäu (siehe auch Kapitel 5) findet draußen in der Natur statt und soll u. a. ermöglichen, Visionen für eine berufliche Zielfindung oder Veränderung zu fördern. Es wurde als Seminarangebot gemeinsam mit einem Partner entwickelt und über einen Zeitraum von insgesamt zwei Jahren (2006 bis 2008) sieben Mal durchgeführt.

Während der Seminardurchführung wurde nicht geforscht. Die Rollen waren klar definiert. Wir waren scharfe Beobachter, aber in Leitungsfunktion. Wie in der Schilderung des chronologischen Entstehungsprozesses dieser Arbeit deutlich wird, wurden die meisten Seminare vor Beginn oder einige dann zu Beginn dieser Doktorarbeit durchgeführt (s. Kapitel 1.4). Die Seminarkonzeption und -durchführung verfolgte damit primär kein Forschungsinteresse. Es war sogar umgekehrt, dass erst im Laufe der Seminarumsetzung der Impuls und spätere Entschluss entstand, das Thema „Visionen im Kontext von Beruf und Berufung“ näher zu erforschen. Dies hatte im Nachhinein den Vorteil, dass sich die Teilnehmenden nicht als Forschungsobjekte beobachtet gefühlt haben.

Mit dem Versand des Leitfadens für die schriftliche Befragung wurde diese Absicht den Teilnehmenden mitgeteilt und eine anonymisierte Verwendung zugesichert. Folglich wurde rekonstruktiv gearbeitet, weshalb auch keine weiteren Feldnotizen, wie es z. B. bei einer teilnehmenden Beobachtung der Fall gewesen wäre, entstanden sind. Ein Rollenkonflikt als Forschende und Seminarleiterin war innerhalb der Seminardurchführung daher nicht vorhanden. Im Zuge der Auswertung wurden weiterhin zwei sehr ausführliche, bewusst kritisch hinterfragende supervisorische Interviews mit mir geführt. Sie sollen eine Validierung verfeinern und sind daher auch in ganzer Länge als ein Kapitel (Kap. 8) im Teil III dargestellt.

Was das Visions-Coaching Allgäu für die Teilnehmenden bewirkt hat, darüber geben 22 schriftliche Befragungen Auskunft. Zu diesem Zweck wurden teilstrukturierte Leitfäden einen Monat bis anderthalb Jahre nach der Teilnahme am Seminar an die Teilnehmer per E-Mail versendet. Die Form der schriftlichen Befragung ermöglichte eine stärkere Reflexion des bereits für einige Teilnehmer seit längerem Erlebten. Durch die distanziertere schriftliche Befragungsform (also nicht Interview-Form) sollte auch ermöglicht werden, dass die Äußerungen gut durchdacht werden können, was hinsichtlich der qualitativen Auswertungsmethode sinnvoll ist. Durch diese gewisse Distanz – wenn auch nicht das Gefühl der Anonymität – konnten so auch kritische Antworten entstehen.

Die Fragen waren standardisiert, die Antwortmöglichkeiten jedoch offen gehalten. Der Leitfaden befindet sich in Anhang 4. Die Antworten der Teilnehmenden wurden anonymisiert und mit einer Zuordnung von Buchstaben (alphabetisch) im separaten Anhang-Band dokumentiert.

Die Fragen waren darauf ausgerichtet zu erforschen, ob und falls ja, wie Visionen bei den Teilnehmern gefördert werden konnten. Weiterhin sollten die Ursprungsmotivationen, damit verknüpfte Erwartungen der Teilnehmer, das selbst erfahrene Verständnis von Visionen und das Erleben während des Seminars sowie die Wirkung im Anschluss erforscht werden. Es gibt eine identische Frage zu den Fragen an die Experten, nämlich was das persönliche Verständnis von Visionen angeht. Die Fragen lauteten:

1. In welcher beruflichen Situation befanden Sie sich, als Sie sich zum Workshop angemeldet haben?
2. Was haben Sie sich durch die Teilnahme am Visions-Coaching versprochen?
3. Was verstehen Sie unter dem Begriff Visionen?
4. Was ist während des Workshops für Sie/in Ihnen passiert?
5. Hatten Sie Visionen? Und wenn ja welcher Art?
6. Wie konnten Sie die Erfahrungen des Workshops in Ihr Leben integrieren?
7. Was ist jetzt anders als vor dem Visions-Coaching Allgäu?

Auch die Auswertung der schriftlichen Befragung wurde in mehreren Schritten durchgeführt, um ähnlich wie in den Experten-Interviews ein verdichtetes und vergleichendes (hier allerdings Erfahrungs-) Wissen zu erhalten.

Von einer Längsschnittauswertung wurde nach einer groben Sichtung und dahingehenden Vorstrukturierung des Antwortmaterials abgesehen. Durch die gewählte Befragungsform und vorhandene Datenmenge wäre diese auch sehr umfangreich geworden. Außerdem stand nicht die Wirkung für den jeweiligen Teilnehmer (wie es in der Darstellung und Auswertung von Fallbeispielen der Fall ist) im Vordergrund des Forschungsinteresses, sondern eher eine vergleichende Erlebnis- und Ergebnisqualität. Die unbearbeiteten Antwortrückläufe befinden sich – wie bereits erwähnt – als Grundlage dafür im separaten Anhang-Band. Somit stehen diese in der Dokumentation (auch zur Rekonstruktion) der dann in Kapitel 7 erfolgenden Querschnittsauswertung zur Verfügung.

## 1.6 VERDICHTUNG DER ERGEBNISSE ALLER FORSCHUNGSFELDER

In Teil III erfolgt die zusammenfassende Betrachtung der jeweiligen Forschungsfelder.

In Kapitel 8 werden dazu zunächst die supervisorischen Interviews dargestellt. Das erste Interview (Kap. 8.1 bis 8.7) wurde nach Abschluss aller empirischen Erhebungen und Auswertungen mit mir geführt. In diesem persönlichen Interview wurden von einer Supervisorin die gleichen Fragen gestellt, wie sie die Teilnehmer in der schriftlichen Befragung erhalten hatten. Damit sollte meine Rolle als Leiterin um die der rückblickenden, teilnehmenden Beobachterin erweitert werden, was eine völlig neue Perspektive eröffnete. Diese Transkription wird komplett dargestellt und wurde geringfügig stilistisch bearbeitet.

Das zweite Interview (Kap. 8.8) wurde gegen Ende dieser Dissertation geführt und dient einer Gesamtreflexion des Forschungsprozesses. Hierbei stellte mir die Supervisorin unvorbereitete Fragen und es entstand so ein dialogisches, gemeinsames Reflektieren. Bei der Transkription wurden die Aussagen bereits verdichtet und werden damit als Kern-Essenzen in Kapitel 8.8 dargestellt.

In Kapitel 9 erfolgt eine Synthese aus Theorie und Empirie (verstärkt der Experten-Interviews) hinsichtlich der wesentlichsten Forschungsfragen und Überprüfung der Hypothesen.

Ein Gesamtfazit zu allen Forschungsfeldern und ein Ausblick geschehen in Kapitel 10.

# I. THEORETISCHER TEIL

## 2. VISIONEN

### 2.1 BEGRIFFSGESCHICHTE UND MODERNES VERSTÄNDNIS

Vision bedeutet so viel wie „Sehen, Anblick, Erscheinung oder Schau“ (NIEDERMAIR, 2000, S. 20). Das Wort Vision stammt ursprünglich aus dem Lateinischen (visio) und ist ein spezifisch mittelalterlicher Begriff. Die Quellen liegen bei PLATON, der ein grundlegendes Misstrauen gegen das sinnliche Sehen formulierte. Dem gegenüber stellte er ein „inneres Sehen“ mit dem „Auge der Seele“ (RITTER/GRÜNDER/GABRIEL: Historisches Wörterbuch der Philosophie, 2001, S. 1068).

Vision war in der mittelalterlichen Philosophie und Theologie in dogmatischer Form die „Bezeichnung für das höchste und letzte Ziel menschlichen Lebens und Erkennens“ und stand mit der beseligenden Schau Gottes in Verbindung. In der antiken philosophischen Tradition (altorientalische Bildwelt) war bei Vision auch von „Gesicht als Spiegel der Seele“ in Verbindung mit einer „kontemplativen Schau“ die Rede und in der christlichen Tradition vom „individuellen und endzeitlichen Schauen als der personalen Vollendung des Glaubenden“ (MITTELSTRAß: Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie, 2004, S. 549). Seit THOMAS V. AQUIN wird vom „natürlichen Streben aller Menschen nach der völligen Transparenz für sich selbst und Gott“ gesprochen, wohingegen in der neuzeitlichen Philosophie Vision mit der „Erörterung der intellektuellen Anschauung und mit Fragen der Ästhetik“ verbunden wird (MITTELSTRAß, 2004, S. 550).

Eine Vision kann u. a. so erklärt werden, dass der Verstand in einem Akt der Selbsteinsicht mit seiner schlussfolgernden Kraft an das gelangt, „was im Blitz eines erzitternden Blicks ist“ (RITTER, 2001, S. 1069). In diesem Verständnis spielt die Erinnerung eine wesentliche Rolle, was nach AUGUSTINUS unter dem Leitmotiv von Ps. 45 (V), 11 folgendermaßen übersetzt werden kann: „Werdet leer und seht, dass ich Gott bin“ – womit Vision so-



mit beides ist: „erinnertes und erinnerndes Sehen und ein Leerwerden von allen Formen inneren Sehens“ (AUGUSTINUS zitiert nach: RITTER, 2001, S. 1069). Weiter steht Vision nicht nur mit Sehen in Verbindung, sondern kann auch verstanden werden als „Reflexion des Gesehenwerdens durch das schöpferische Prinzip, das als Grund der Sichtbarkeit der Dinge gedacht und in seinem sinnlichen Erscheinen erkannt bzw. gesehen wird“ (ebd.), womit danach Sehen und Gesehenwerden ein und dasselbe sind.

Nach KANT ist bei Vision die Rede von der „Zusammenfassung der Vielheit in die Einheit“ und zwar der Anschauung, „mithin des Successiv-Aufgefassten in einen Augenblick“, wonach er Vision begreift „als einen Regressus, der die Zeitbedingung im Progressus der Einbildungskraft wieder aufhebt und das Zugleichsein anschaulich macht“ (KANT zitiert nach: RITTER, 2001, S. 1070).

Visionäre Erfahrungen sind Bestandteil religiöser Kulte und in allen Kulturen bekannt. Als Visionen werden bis heute göttliche Erscheinungen, Vorahnungen und mystische Prophezeiungen bezeichnet. Eine Vision war lange Zeit beschränkt auf eine Eingebung über zukünftige Ereignisse. Menschen mit Visionen wurden als sehr weise angesehen und eine Vielzahl von Jüngern ist ihnen gefolgt. Sie glaubten, Visionen würden ihr Dasein verändern und der passiven Hinnahme des Laufs der Dinge ein Ende bereiten (NIEDERMAIR, 2000).

Die Bedeutung des Begriffs „Vision“ hat sich im Laufe der Zeit gewandelt. Obwohl Visionen vor allem aus dem religiösen und mystischen Bereich bekannt sind, wirken sie weit über diese Thematik hinaus. Seit den 1960er-Jahren wird dem Thema Visionen unter medizinisch-psychologischen Gesichtspunkten wieder verstärkte Aufmerksamkeit gewidmet. Die naturwissenschaftlich-medizinische Untersuchung einer Vision zielt auf die Überprüfung der psychischen Gesundheit, insbesondere der Kritikfähigkeit, des Sehens ab (WIKIPEDIA: Visionen, Stichwort „wissenschaftliche Zugänge“, 06. Juni 2011).

HARK (1990) geht davon aus, dass durch eine Vision das persönliche Leben eines Menschen in neue Bahnen gelenkt und gravierend beeinflusst werden kann. Er bezieht sich auf C. G. JUNG (1875-1961), der Visionen als Inhalte des kollektiven Unbewussten beschrieb. Nach JUNG können Inhalte visionärer Erfahrung als Archetypen gedeutet werden.

In der weiteren Auseinandersetzung hinsichtlich der Abgrenzung des Visionsbegriffs im heutigen Verständnis, kann eine Illusion als Vorspiegelung oder Selbsttäuschung verstanden werden, quasi eine subjektive Verzerrung der Realität. Der Illusionär erkenne die unmögliche Realisierbarkeit nicht oder will sie nicht erkennen. Eine Illusion ist aber leider eine nicht erfüllbare Wunschvorstellung. Eine Utopie sei hingegen eine träumerische Zukunftsfantasie, was jedoch der Betreffende selbst weiß und erkennt. Es kann sein, dass eine Utopie vielleicht in ferner Zukunft unter neuen Rahmenbedingungen (im Gegensatz zur Illusion) noch realisierbar wird, auch wenn dies sehr vage bleibt. Vision und Realität unterscheiden sich insofern, dass die Vision in der Regel noch keine Realität ist. Eine Vision kann auch eine Wunschvorstellung sein, aber sie kann bereits unmittelbar Realität werden. Die Realität baue auf das Bekannte auf. Damit man in der Vision nicht in Richtung Illusion schreite, dürfe die Realität nicht aus den Augen gelassen werden. Dies stellt eine Verbindung zur materiellen Welt her. Ihr Platz zwischen Wirklichkeit und Utopie setzt voraus, dass die Vision als prinzipielle Herausforderung angesehen werden kann, ohne dabei den Realitätsbezug zu verlieren. Eine Vision wird erst zu einer aktiven Vision, wenn sie in eine konkrete Aufgabe umwandelt wird (DEMUTH, 1994). *DEMUTH kommt aus dem Bereich der strategischen Unternehmensberatung.*

KASTNER (in: *Gablers Magazin*, 1995, S. 17-22) *blickt als Organisationspsychologe auf den Begriff Visionen.* Visionen sind danach präzise Vorahnungen einer künftigen Realität und zeigen sich als ein klares und plastisches Bild.

Hinsichtlich der zeitlichen Dimension „verschwimmen die Grenzen zwischen genialer Sicht und irriger Annahme immer mehr, je weiter eine Vision in der Zukunft angesiedelt ist und je mehr sie sich von der Gegenwart trennt“ (CORSTEN zitiert nach: RÜCKLE, 1994, S. 143-153). *Damals war CORSTEN*

*Vorstandsvorsitzender der TUI AG und ist bis heute in vielen Führungspositionen tätig gewesen.*

Visionäre Unternehmen sind wahrscheinlich erfolgreicher als ihre Konkurrenten, weil Mitarbeiter durch gemeinsam entwickelte Visionen, im Sinne von Leitbildern, Anteil am Wachstum und Erfolg des Unternehmens haben.

In der Politik fördern Visionen die Neugestaltung der Gesellschaft. Charismatische Persönlichkeiten begeistern mit ihren Visionen Massen und können so sinnvolle Änderungen herbeiführen. Voraussetzung ist, dass diese Visionen wirklich zum Wohle aller sind. *Ansonsten kann man meines Erachtens auch nicht von einer Vision sprechen.*

Eine Vision schafft neue Orientierung. Sie setzt Energien frei und motiviert. Folglich werden Menschen freiwillig zu enormem Engagement fähig, weil sie einen Sinn in ihrem Tun erkennen und ein höheres Ziel anstreben. Kraftvolle Visionen können die Welt des Visionärs grundlegend verändern.

In „Zeit für Visionen“ betrachtet NIEDERMAIR (2000) *als Wirtschaftspädagoge, der am Institut für Pädagogik und Psychologie der Johannes Kepler Universität in Linz lehrend tätig ist*, das Phänomen Visionen in der modernen Bedeutung. Heutzutage, da das Meiste schon erfunden oder entdeckt scheint, richteten sich Visionen danach auf Selbstverwirklichung im weitesten Sinne aus.

ZUR BONSEN (1994) geht davon aus, dass Vision eine starke Sehnsucht sei, die ungeahnte oder verborgene Kräfte mobilisiert. Dabei gehe es jedoch nicht um einen Traum wie am „Strand unter Palmen“ zu liegen, sondern die Vision erfordere ernsthaft und von Dauer zu sein. Der „Strand unter Palmen“ käme dabei eher einem kurzen Glücksgefühl nahe und fällt damit nicht unter die Definition einer Vision. Er betont weiter, dass eine Vision immer etwas Wertvolles sei und etwas, dessen Erfüllung uns zutiefst befriedigt. Deshalb gehe es zunächst darum, herauszufinden, welche Wünsche wirklich, ernsthaft und dauerhaft in uns sind. Und das, was wir auf diese Weise wollen, sei auch das, was wir sollen – das entspräche der Aufgabe ei-

nes Menschen hier auf der Erde (ebd.). *ZUR BONSEN nähert sich der Bedeutung von Visionen für die Unternehmens- und Mitarbeiterführung in: Vision, Mission, Strategie, CAMPBELL/DEVINE/YOUNG als Hrsg., 1992, Geleitwort, und „Führen mit Visionen“ (ZUR BONSEN, 1994).*

Die Identifikation mit der Vision und der Glaube daran spielen letztlich eine große Rolle. Dann haben Visionen Strahlkraft, die auch auf andere wirkt. Um eine Vision zu verwirklichen, erfordert es Mut, Hoffnung und Willen.

Die weitere Auseinandersetzung zeigt, dass das Verständnis vom Visions-Begriff bis heute mit dem religiösen und mystischen Ursprung verbunden werden kann.

DREWERMANN (1990) spricht von Visionen in Form von Eingebungen, die dem Menschen einen Auftrag für das eigene Leben bzw. eine Mission gegenüber Anderen geben. Er werde aufgerufen, etwas zu tun oder sein Leben umzugestalten. Visionen im engeren Sinne seien danach Erscheinungen des Göttlichen, die die Auserwählten auf ihrem eingeschlagenen Weg bestärken und unterstützen. Oft begaben sich Menschen zum Empfang von Visionen auf Berge oder andere bevorzugte Orte und erwarteten die Erscheinung. Auf diese Weise empfangene Visionen scheinen eine besondere Kraft zu haben, den Menschen als einen Auftrag für ihr Leben oder tatsächlich als eine Mission gegenüber Anderen erfahren. Er beschreibt weiter, dass diese Visionen oft bedrohlich oder in der Situation für die Menschen unerwünscht sind, aber durch die Zusicherung der göttlichen Hilfestellung (vgl. JEANNE D'ARC) werde der Auftrag trotz aller Bedenken angenommen und ausgeführt. *DREWERMANN hat als ehemaliger katholischer Theologe und Priester nicht nur eine traditionelle religiöse Sicht auf das Phänomen Vision. Als Psychoanalytiker und Seelsorger ist er auch als Psychotherapeut tätig. Er hat sich u. a. mit den Themen Angst und Vertrauen beschäftigt, welche beide eine wesentliche Rolle in der noch folgenden Auseinandersetzung mit Visionen spielen.*

Er vertritt die Auffassung, ein Mensch erhalte durch eine Vision das Gefühl, in einem vorbestimmten Plan eingegliedert zu sein, den nur er verwirklichen

kann. Eine einzige Vision im Leben eines Menschen könne ausreichen, sein Selbstwertgefühl zu steigern. Er werde bestärkt, auch Unmögliches anzustreben und gegen Widerstände anzukämpfen (DREWERMANN, 1990).

Weniger spirituell ausgedrückt hat die Vision die Aufgabe, Menschen einen Anhaltspunkt zu geben, in welche Richtung sie gehen sollen. Sie leite wie ein Wegweiser, der irgendwann konkrete Gestalt annimmt. Eine Vision ist „[...] ein eindeutiges, vorstellbares und reales Bild vom zukünftigen Tätigkeitsbereich, das man durch kreatives Arbeiten, Mut, Ausdauer und ein gewisses Risiko erschaffen will. Kennzeichnend für eine Vision ist, dass sich der Weg dorthin über mehrere Jahre erstreckt und die Vision kurz und prägnant in einem oder wenigen Sätzen formuliert werden kann“ (NIEDERMAIR, 2000, S. 25).

ZUR BONSEN (1994) vertritt den Standpunkt, Menschen seien visionserfüllende Wesen. Damit solle und könne ein jeder auch seine Vision erfüllen, selbst wenn er sich die Aufgabe zunächst nicht zutraut oder sie kaum machbar erscheint. Es brauche viel Mut, einer Vision zu folgen, da man an Grenzen gerät, die es zu überwinden gilt. Außerdem bedeute es, einen neuen Weg einzuschlagen und damit einen alten nicht mehr gehen zu können. Schließlich sei eine Vision nicht nur eine Idee, sondern ein sehnlicher Wunsch, eine Kraft, eine Hoffnung und eine Verpflichtung zugleich. Ängste, Unruhe und Verletzlichkeit müssten zurückgedrängt werden, um ans Ziel zu gelangen.

ZUR BONSEN (1994) führt das Restrisiko und den Unsicherheitsfaktor an, den jede Vision in sich birgt. Niemand könne zum Zeitpunkt der Visionsentwicklung davon ausgehen, sie sicher zu erreichen. Dennoch scheine es Vorteile für diejenigen zu geben, die eine weit reichende Vision für ihr Leben entwickelt haben. Sie müssten nicht ständig ihre Werte und Zielvorstellungen neu überdenken und könnten sich auf ihre Tätigkeiten und Fähigkeiten konzentrieren.

*Menschen mit Visionen scheinen damit auch Kraft und Energie sparen zu können im Vergleich zu Menschen ohne Visionen, die nur sehr kurze Zeit*

vorausplanen und sich folglich immer wieder auf neue Situationen einstellen müssen.

An dieser Stelle lassen sich noch einige nicht genannte Qualitäten hinzufügen. Ausdauer, Gelassenheit oder Hartnäckigkeit und ganz besonders Vertrauen sind im Zusammenhang mit Visionen aus meiner Sicht wichtig. Dies gilt besonders, wenn es darum geht, zu der Vision zu stehen und daran festzuhalten, weil deren Verwirklichung lange Zeit beansprucht. Visionäre wie THOMAS EDISON benötigten auch zahlreiche Versuche, bis die Glühbirne endlich geblüht hat. Auch COLUMBUS überzeugte die spanische Königin hartnäckig und lange genug, ihm Geldmittel zur Verfügung zu stellen, um einen neuen Weg nach Asien zu finden. Er entdeckte zwar Amerika, aber vielleicht hat er genau damit seine Vision verwirklicht?

## 2.2 ENTSTEHUNG UND FÖRDERUNG VON VISIONEN

Hinsichtlich des Auftretens einer Vision ist festzuhalten, dass sie selten zufällig auftritt, sondern z. B. durch Tanz, Meditation, Gesang, Gebet oder Askese herbeigeführt werden kann. Besonders Propheten, Mystiker oder Schamanen hätten sich die Vision zum Untersuchungsgegenstand gemacht. Die Vision werde in diesem Verständnis von mehreren Menschen geträumt, unter Umständen auch, wenn sie es nicht wissen und sich nicht einmal kennen. In dieser Anschauung sei die Vision nicht der Besitz eines einzelnen Menschen. Sie könne eher als ein kollektiver Impuls an eine gesamte Gruppe von Menschen verstanden werden. Diejenigen, die von dieser Vision im positiven Sinne gefangen sind, bezeichnet man als Visionäre (vgl. ZUR BONSEN, 1994).

Eine Vision kann sich verändern bzw. man entdeckt nach und nach mehr von ihr. Doch es gibt auch Menschen, die eine einzige große Lebensaufgabe haben und diese schon sehr früh entdecken. Weiter kann es sein, dass man plötzlich im Alter von z. B. 50 Jahren oder nach 25 Berufsjahren eine ganz neue Richtung einschlägt. Das bedeutet nicht, dass man die Zeit davor an seiner Vision vorbei gelebt hat. Denn bei den meisten Menschen beginnt erst in der Lebensmitte eine ernsthafte Visions- und damit Sinnsuche, nachdem alle materiellen Ziele erreicht wurden – vielleicht auch deshalb, weil man die zeitliche Begrenzung durch das fortschreitende Lebensalter erkennt und noch etwas Bedeutendes und Sinnvolles tun möchte, um seine Spur hier auf der Erde zurückzulassen. *Interessanterweise waren die meisten Teilnehmer im Visions-Coaching Allgäu in dieser Altersklasse angesiedelt, inklusive meinem Partner und mir selbst.*

ZUR BONSEN (1994) hat sich intensiver damit auseinandergesetzt, wie Visionen entdeckt werden können. Vor diesem Hintergrund hat er eine Unterscheidung von Vision und Ziel vorgenommen, die insofern interessant ist, weil der Begriff Vision oft mit dem Begriff Ziel gleichgesetzt wird. Da dies nicht der Fall ist, muss es folglich auch eine andere Herangehensweise wie bei klassischer Zielfindungsarbeit geben, um Visionen zu entdecken (s. auch Kap. 4.5). Nachfolgend die Unterscheidung (ZUR BONSEN, 1994, S. 21):

## VISION

Ist ein ganzheitliches Bild unserer Zukunft – „der ganze Himmel“.

Ist die Idealvorstellung, unsere Werte sind darin verwirklicht, enthält einen Nutzen auch für andere.

Ist sehr herausfordernd – ein großer Traum.

Ist ein lebendiges, geistiges Bild, wird innerlich erlebt, als ob sie schon wahr wäre.

Schließt ein verändertes „Ich“ ein.

Der Weg zur Vision ist größtenteils unbekannt.

Ihre Verwirklichung wird heiß ersehnt.

Wir arbeiten mit aller Kraft für die Vision, und sie manifestiert sich.

## ZIEL

Kann nur einen einzelnen Aspekt unserer Zukunft betreffen – „der Himmel durch ein Schilfrohr gesehen“.

Muss mit Werten nichts zu tun haben, muss keinen Nutzen für andere enthalten.

Muss nicht herausfordernd sein.

Kann ebenfalls ein inneres Bild sein, manche Ziele (zum Beispiel quantitative) lassen sich jedoch nur schwer innerlich vorstellen.

Steht „außerhalb“ der Person.

Der Weg zum Ziel kann bekannt sein.

Die Zielerreichung wird mal mehr, mal weniger ersehnt.

Wir arbeiten abhängig von der Stärke unseres Wunsches mal mehr, mal weniger für das Ziel.

Je nachdem in welcher Situation sich ein Mensch befindet, kann es um unterschiedliche Aspekte des Erkennens der Vision gehen. Grundsätzlich schlägt ZUR BONSEN jedoch vor, Aktivitäten und Ereignisse zu verfolgen, bei denen man sich selbst näher kommt; Zeit und Ruhe und eine intensive Innenschau, bei der durchaus auf der kognitiven Ebene alle Wünsche und das, was man wirklich will – beruflich, familiär, finanziell – beleuchtet werden. Dies beinhaltet auch Fragen danach, wo man sich bisher zensiert hat, welche Wünsche man verdrängt hat, weil man die Erfüllung jenseits aller Möglichkeiten gesehen hat. Ebenso gehe es darum, das wirklich Wesentliche vom Unwichtigen zu differenzieren. Was sind die wirklich wesentlichen Wünsche, welche sind nicht wirklich wichtig? Letztere solle man endgültig beiseite legen und sich hinsichtlich der Vision auf erst genannte konzentrieren.



Der nächste Schritt sei, sich mittels von Tiefenentspannungstechniken, wie z. B. autogenem Training, in einen Zustand zu bringen, in dem man imaginativer und offener wird für Intuitionen. Dann gehe es darum, sich vorzustellen, wie die Wünsche und Wege, die man einschlagen könnte, aussehen oder sich anfühlen. Könne man sich das überhaupt innerlich vorstellen, fühlt es sich gut an, tauchen Bilder dazu auf? Man solle auf jeden Fall der Fantasie freien Lauf lassen und eine innere Reise in die eigene Zukunft machen (ZUR BONSEN, 1994).

Eine weitere Möglichkeit ist das Anwenden einer kreativen Technik, um Menschen einen ersten Zugang zu ihrer Vision zu ermöglichen. Dabei sollen die betreffenden Personen gestalterisch als Kollage ihre Zukunft abbilden. Auf diese Weise wird eine Vision gestaltet, die Menschen aus ihrem bewussten und unbewussten Inneren formen.

*In einem Großteil der Kollagen meiner Klienten im Coaching waren folgende Bedürfnisse erkennbar: das Eingebundensein in Familie, Firmen oder eine Gemeinschaft sowie ein tieferer Sinn durch das eigene Wirken und der Wunsch nach Veränderungen an krankenden Stellen in der Umwelt und unserem gesellschaftlichen und politischen System. Gesundheit und Wohlbefinden sind mindestens so hoch angesiedelt worden wie genug Geld zu haben. Materielle Bedürfnisse machten maximal die Hälfte auf den Kollagen aus. Themen wie die Erhaltung der Natur sowie eine Sehnsucht nach einer reinen und heilen Welt wurden deutlich. Erstaunlicherweise ähneln sich die Kollagen. Natürlich wurden auch Ziele wie „so schnell wie möglich Arbeit finden“ oder „viel Geld verdienen“ genannt, um sich und seine Familie ernähren zu können. Die Bilder und Botschaften, die auf den Kollagen der Klienten erstellt wurden, sind nach Betrachtung der zuvor tabellarisch von ZUR BONSEN getroffenen Unterscheidung jedoch Visionen. Gibt es damit hinter allen persönlichen Zielen etwa ähnliche Visionen, was unser Wirken hier in dieser Welt angeht? Das würde mit dem übereinstimmen, was eingangs bei den Definitionen über Vision genannt wurde: dass sie nie einem Einzelnen gehören, sondern Bestandteil eines größeren Plans sind.*

Die Frage ist demnach vielmehr, was jeder Einzelne individuell mit seinen ganz persönlichen Talenten und Fähigkeiten dazu beitragen kann, diese Visionen Wirklichkeit werden zu lassen.

Für die aktive Förderung im Rahmen einer tiefenentspannten Vorgehensweise könne man direkt die Frage stellen: „Was ist meine Vision? Oder was sind meine Aufgaben?“ (ZUR BONSEN, 1994, S. 24). ZUR BONSEN führt an, dass diese Fragen die tieferen und wissenderen Schichten des Bewusstseins erreichen und man die Frage nicht nur denken, sondern vielmehr noch fühlen solle. Er schlägt eine Zeit der Stille vor (bis zu einem Tag), um diesen Prozess zu fördern. In diesem Zusammenhang spricht er von Visionssuche und verweist dabei auf einen Prozess von Heilung, weil er den Menschen in seine Mitte führe und ihm Kraft und Energie verleihe. Dabei nennt er eine weitere Methode, die noch intensiver sei: das Visionsfasten in der Natur.

MEREDITH LITTLE und STEVEN FOSTER begründeten vor über 30 Jahren in Kalifornien die „school of lost borders“, die solche Visionssuchen bzw. solches Visionsfasten durchführt. Dabei begibt sich der Suchende nach vorheriger Anleitung für mehrere Tage und Nächte allein und ohne Essen in die Einsamkeit der Wildnis. Die Förderung von Visionen in enger Naturverbundung scheint besonders wirkungsvoll zu sein. Es lohnt also die Frage, warum das so ist.

Ein Zitat im Rahmen eines Seminarbesuches bei MEREDITH LITTLE lautete: „all wisdom is in the land“ (alles Wissen/alle Weisheit ist oder liegt im Land). Dort draußen kann eine Rückverbindung mit der Natur entstehen, was aus ihrer Sicht allerdings einige Tage dauert, weil unsere Zivilisationschicht nur langsam erweiche. Wenn das gelinge, kann der Suchende durch die Natur als Spiegel an dieses Wissen, diese Weisheit gelangen, die tief in jedem Menschen vorhanden sei. Das ist aus ihrer Sicht der Nährboden, auf dem Visionen entstehen können. *In Kapitel 5 wird noch vertieft auf die Wirkungsweise der Natur und auch auf Aspekte der sog. Naturphilosophie im Hinblick auf Visionen eingegangen.*

ZUR BONSEN (1994) beschreibt noch zwei Kriterien, die erwähnenswert sind. Er empfiehlt, die Vision nach dem Finden oder Entstehen irgendwie in Worte zu fassen und zu Papier zu bringen. *Damit verdeutlicht er, dass der Prozess des Entstehens von Visionen zunächst nicht im Rahmen sprachlicher Ausdrucksmöglichkeiten stattfindet, was speziell für die methodischen Zu-*

gänge zur Förderung von Visionen von Bedeutung ist. Eine präzise Formulierung, bei der keine widersprüchliche Wortwahl stattfindet, sei sehr wichtig. Eine positive und aktive Wortwahl in Form der vollendeten Gegenwartsform (so, als würde etwas aus der Zukunft gerade jetzt stattfinden) ist aus meiner Erfahrung unterstützend. Damit bekommt die Vision einen Charakter von bereits realisierter Vorstellung, was sie verstärkt. ZUR BONSEN (ebd.) unterstützt mich darin, dass der innerliche, feste Entschluss zu fassen sei, diese Vision zu realisieren und an ihrer Machbarkeit nicht zu zweifeln. Als ein Beispiel aus der Praxis frage ich z. B. manchmal, wann genau die nach Arbeit Suchenden denn eine Arbeitsstelle antreten wollen und zwar möglichst mit genauem Datum. Das stiftet oft erst einmal Verwirrung, weil die Meisten sagen, dass sie am liebsten sofort beginnen wollen. Bei nochmaligem Nachhaken frage ich nach dem Datum, das ihnen im Rahmen einer tatsächlichen Realisierung als erstes in den Sinn kommt. Dieses Datum bitte ich die Teilnehmer aufzuschreiben. Sehr häufig passiert etwas in Richtung Arbeitsstart genau um diesen Termin herum.

Abschließend empfiehlt ZUR BONSEN (1994), die eigene Vision mit Energie aufzuladen und ein lebendiges, sinnliches Bild von dem entstehen zu lassen, worauf man stolz sei. Diese Form der positiv aktivierenden Gefühle verstärke den Drang, die Vision verwirklichen zu wollen, wodurch auch Ängste und Hürden überwunden werden können.

Wie bereits deutlich wurde, gibt es noch andere Ursachen und Auslöser, die Visionen herbeiführen können. Bei vielen spielt eine gewisse Grenzerfahrung oder -überschreitung eine Rolle. Betrachtenswert wäre auch die Wirkung von Substanzen, die zu bewusstseinsverändernden Zuständen führen können. Diese wurden und werden in anderen Kulturen von Heilern oder Schamanen zur Heilung von Krankheiten (und auch zur Visionsfindung) genutzt. Grundsätzlich scheint dies kein gangbarer Weg für ein Coaching zur beruflichen Zielfindung zu sein, aber ich halte es in diesem Kontext für erwähnenswert.

Abschließend noch ein Zitat von ZUR BONSEN, in dem er seine Vorstellung von Menschen und ihren Visionen auf sehr metaphorische Weise beschreibt:

„Wir alle haben eine Vision, unsere eigene und einzigartige Vision. Wir mögen sie kennen oder nicht oder nur zum Teil kennen. Sie mag eine starke Kraft in uns sein, die nicht mehr aufzuhalten ist, oder nur ein schwacher Impuls, der erst wachsen muss. Doch die Vision ist da. Sie ist unsere Lebensaufgabe, unsere Bestimmung. Sie ruht wie eine Larve in uns. Unsere Aufgabe ist es, diese Vision zu entdecken und in uns lebendig werden zu lassen. Dann flattert sie als Schmetterling in unseren Herzen herum. Wir haben den Schmetterling und den Garten, in dem er herumfliegt, zuerst schwach, dann immer stärker vor Augen. Schließlich werden wir selbst zum Schmetterling, und der Garten manifestiert sich als die äußeren Ergebnisse und Erfolge, die wir verwirklichen wollten“ (ZUR BONSEN, 1994, S. 15).

### 2.3 BLOCKADEN UND ANGST VOR VISIONEN

Gerade in Lebensphasen und gesellschaftlichen Kontexten wachsender Unsicherheit und schneller Veränderungen kann eine Vision etwas Beständiges symbolisieren. Sie vermittelt innere Stabilität und das Gefühl, dass etwas bleibt. Meines Erachtens sind Menschen jedoch eher zögerlich, wenn es um Visionen geht. Dies scheint auch eine kulturelle Thematik zu sein. Aus diesem Grund ist es wichtig, mögliche Blockaden und Ängste in Bezug auf Visionen zu ergründen.

In der zuvor erfolgten Auseinandersetzung mit dem Visions-Begriff ist dessen Wandel im Laufe der Zeit deutlich geworden. Danach handelt es sich bei Visionen nicht mehr nur um religiöse oder spirituelle Phänomene, sondern auch um etwas, das man selbst aktiv fördern und entwickeln kann. Bereits die Verbindung zu Sehnsüchten oder Träumen scheint vielen Menschen allerdings verloren gegangen zu sein. Stattdessen sind sie stark leistungsorientiert und erfüllen (Fremd-)Ansprüche.

THEO FAULHABER (1996) setzt sich in „Die Wiederkehr des Spirituellen“ u. a. mit der ethischen und moralischen Werteentwicklung und deren Bedeutung in unserer Gesellschaft auseinander. FAULHABER ist Sozial- und Wirtschaftswissenschaftler und als Publizist in den Gebieten Wirtschaft, Politik

und Kultur tätig. Er ist der Ansicht, die Menschen hätten den moralisch-geistigen Grund ihrer Existenz vergessen und würden stattdessen lieber einer anderen Richtung folgen – der Überbetonung des Materiellen –, was im Widerspruch zu der Sinnorientierung von Visionen zu sehen ist.

ZUR BONSEN (1994) spricht sogar von Opfern, die bei der Visionserreichung erbracht werden müssten, um an das Ziel der Träume gelangen zu können. Außerdem müsse die Person innerlich an sich arbeiten und Selbstdisziplin und Konzentration an den Tag legen. *Ein weiterer Punkt ist aus meiner Sicht das „Verlassen der Bequemlichkeitszone“. Dazu sind viele nicht bereit.*

VOLKER BRETZ äußert im Experten-Interview, dass die Menschen hier in Deutschland viel zurückhaltender und skeptischer als z. B. in den USA seien. Dort würden viele ihre Träume leben, die zwar auch schneller zerplatzen, aber das hindere die Menschen nicht daran, einen neuen Traum zu verfolgen (vgl. Interview BRETZ, S. 39). *Dem ist grundsätzlich zuzustimmen. Wenn hier in Deutschland von einer Geschäftsidee erzählt wird, dann ist die erste Frage, wie man denn davon leben will. Die wenigsten Visionäre dürften sich diese Frage zu Beginn gestellt haben.*

Des Weiteren können Visionen unterschiedliche individuelle oder kollektive Ängste entgegenstehen. Die Angst vor der eigenen Größe kann Visionen blockieren und mit dem umschrieben werden, was NELSON MANDELA sinngemäß so ausdrückte: Es ist nicht unser Schatten, der uns die größte Angst macht, sondern unser Licht.

BRETZ hebt im Interview hervor, dass die Deutschen ein sehr sicherheitsorientiertes Volk seien (ebd., S. 40), was möglicherweise auf eine immer noch bestehende kollektive Angst in Bezug auf Visionen hindeutet. *Gerade als Deutsche haben wir einen abschreckenden Visionär in unserer Geschichte: Hitler – wenn man ihn überhaupt als solchen bezeichnen darf. Denn einer Vision wird grundsätzlich eine gute, der gesamten Gemeinschaft dienende Absicht zugeschrieben und nicht eine vernichtende. An seinem Beispiel zeigt sich leider auch, wie anfällig Menschen dafür sind, sich blenden*

*zu lassen und aus Angst zerstörenden Idealen folgen können. Damit gibt es in uns Deutschen zu Recht etwas Blockierendes, wenn es um Visionen geht.*

An dieser Stelle sei erwähnt, dass Visionen oder Stimmen auch als Phänomene psychischer Erkrankungen auftreten können. Oft haben diese Phänomene einen destruktiven Charakter und können sogar lebensbedrohlich werden. Im Volksmund haben wir letztlich sogar die „Warnung“, dass Genie und Wahnsinn nahe beieinander liegen.

*Aus all diesen Gründen erscheint die Angst vor Visionen verständlich.*

Was bedeutet das für die gezielte Arbeit mit und Förderung von Visionen?

Meines Erachtens sollten diese Ängste respektiert und ernst genommen werden. Ängste bilden auch einen natürlichen Schutz, der unbedingt gewahrt werden sollte, damit eben keine Zustände ausgelöst werden, bei denen die Menschen den Bezug zur Realität und damit sich selbst verlieren anstatt sich zu finden. So erfordert die Arbeit mit Visionen auch eine starke Eigenverantwortung, bei der die Klienten selbst entscheiden müssen, ob sie die Blockaden auflösen oder Ängste überwinden wollen.

*Auch die Stimmen, die JEANNE D´ARC hörte, können letztlich nach heutigem Verständnis nicht klar von klinisch bedenklichen Zuständen abgegrenzt werden. Dennoch werden an ihrem Beispiel nachfolgend Eigenschaften einer Visionärin erläutert – denn sie ist bis heute vielen Menschen ein Vorbild.*

## 2.4 JEANNE D´ARC ALS LEITFIGUR EINER VISIONÄRIN

Was macht JEANNE D´ARC weltweit zu einer positiven Identifikationsfigur?  
Mit dieser Frage beschäftigten sich schon viele Autoren.

*Als ich zum ersten Mal über den Namen JEANNE D´ARC sinnierte, tauchte das Bild einer Frau in Rittersrüstung mit einem Schwert im Kampf vor meinem inneren Auge auf. Ich wusste nur, dass sie die heilige Jungfrau von Orleans war und fand bei genauerer Recherche heraus, dass sie eine Vision hatte, der sie gefolgt ist. Zur damaligen Zeit war dies sehr ungewöhnlich – nicht nur, weil sie eine so junge Frau war, sondern weil jemand, der behauptete, göttliche Erscheinungen zu haben, damit rechnen musste der Ketzerei bezichtigt zu werden und dafür mit dem Tod zu bezahlen.*

JEANNE D´ARC ist ihrer Vision gefolgt und mit ihr auch andere. Die Vision hat sie über sich selbst und ihre damaligen Möglichkeiten hinauswachsen lassen. Sie stammte aus einfachsten Verhältnissen und war ein weiblicher Teenager. Trotzdem gelang es ihr, den zukünftigen König Frankreichs dazu zu bewegen, ihr eine Armee zur Verfügung zu stellen, damit sie Frankreich zum Sieg über die Engländer führt und somit dem zukünftigen König auf den Thron verhilft. Man schenkte ihr – *natürlich nicht uneigennützig* – Glauben und eine Truppe Männer folgte ihr in die Schlacht. Ihre Vision wurde Wirklichkeit.

Es gibt aber auch eine Schattenseite in dieser Geschichte. JEANNE D´ARC verstand sich als eine „Dienerin Gottes“, als eine Botin, die einen Auftrag für ihr Volk – für die Gemeinschaft – zu erfüllen hatte. Durch ihre enorme Kraft und den Mut, der ihr durch ihre Vision möglich war, bekam sie auch eine sehr große Macht. *Diese Macht war es aus meiner Sicht, die ihre Skeptiker dazu veranlasste, sie am Ende auf dem Scheiterhaufen zu verbrennen.*

JEANNE D´ARC war nur eine von vielen Visionären, die verfolgt und vernichtet wurden.

Eine vertiefende Betrachtung ihrer Person und besonders ihrer Charaktereigenschaften lohnt deshalb, weil an ihrem Beispiel viele Attribute aufgezeigt

werden, die sowohl weiter vorne in Verbindung mit Visionen bereits erläutert wurden, als auch in den Interviews mit den Experten später erwähnt werden.

GORDON (2005) differenziert in ihrem Portrait über JEANNE D'ARC den Mythos von der Person und macht begreiflich, warum ein junges Mädchen für seinen Glauben und seine Überzeugung alles aufs Spiel setzte. *MARY GORDON ist eine renommierte amerikanische Autorin und Professorin für Englisch am Bernard College und lebt in New York City. Sie hat sich in dem Portrait über JEANNE D'ARC besonders mit den Widersprüchlichkeiten ihrer Person auseinandergesetzt.*

Einleitend lädt sie in ihrem Buch den Leser auf herausfordernde Weise dazu ein, „über das Geheimnis eines Mädchens nachzudenken, das aus dem Nirgendwo kam, eine fragwürdige Sache vertrat, nur für ein paar Monate siegreich war, als Soldat versagte, Visionen hatte, den Absolutheitsanspruch ihrer Vision widerrief, sodann den Widerruf zurücknahm, unter Qualen starb, eine Heilige ist, der die Kirche fünfhundert Jahre lang die Heiligsprechung vorenthielt, die aber in unserer Vorstellung fortlebt als der eigensinnige Triumph einer Frau – und es muss eine Frau sein –, die niemanden und nichts fürchtete und von sich wusste, das sie im Recht war und bei Sinnen und die Erwählte des Herren“ (GORDON, 2005, S. 22).

Wer verstehen wolle, wer sie war, müsse sich Johanna als ein Mädchen vorstellen und dürfe dabei die Grenzen, die ihr durch Alter und Geschlecht vorgegeben waren, keinesfalls außer Acht lassen. Dass sie jung und weiblich war, müsse in die Deutung ihrer Taten einfließen. Denn: „Mädchen haben eben nicht gewalttätig zu sein. Mädchen werden auch keine Krieger und eigentlich auch nicht bei lebendigem Leibe verbrannt“ (ebd., S. 12). GORDON geht davon aus, dass gerade diese nicht erfüllten Erwartungen, was Mädchen zu tun oder besser zu lassen haben, Teil der Faszination und des Staunens sind, die JEANNE D'ARC bis heute auslöst. Sie selbst bezeichnete sich als „die Jungfrau“, was wesentliches Merkmal ihrer Person und Vision war. Ein unschuldiges Mädchen, das auch Soldat(in) war. Eine Spannung,



fast ein Widerspruch, der möglicherweise schon etwas mit der Faszination selbst zu tun hat, die bis heute – ein halbes Jahrtausend – angehalten hat.

GORDON stellt die Vermutung auf, dass sie „womöglich – mit Ausnahme von JESUS CHRISTUS – die einzige Person vor dem Jahr 1800 ist, deren Name dem durchschnittlich gebildeten Menschen im westlichen Kulturkreis geläufig ist“ (GORDON, 2005, S. 15). Der Mann auf der Straße könne sich sogar ein Bild von ihr machen. Er sehe das Mädchen in der Rüstung und wisse, dass sie Französin war und jung starb. Der Unterschied zu anderen mythischen Figuren mag auch darin liegen, dass Johanna in der Geschichte lebte und dass Selbstzeugnisse und Zeugenaussagen über ihr Wesen und ihre Taten existieren. GORDON merkt in diesem Zusammenhang durchaus kritisch an, dass das, „was wir an ihrer Person für unsere Zwecke brauchen, ein Bild von Einzigartigkeit und Zielstrebigkeit ist“ (ebd., S. 16). Sie sei uns in Erinnerung als jemand, der sich mit Haut und Haaren einer Sache hingab, die größer war als sie selbst. Sie stehe für den Triumph des Unsichtbaren über das Sichtbare, für die Kraft der reinen Intention, für Taten, die weit über das Leben ihres Urhebers und über ihre unmittelbaren Auswirkungen hinaus Glanz und Dauer haben, so GORDON weiter. „Wenn wir sie verehren, dann demonstrieren wir, dass wir als Geschöpfe letztlich doch höher stehen, als nach der Art und Weise, wie wir unser Leben hinbringen, zu erwarten gewesen wäre. Wir brauchen sie: Für uns ist sie die Heldin unseres besseren Ich“ (GORDON, 2005, S. 20).

In der weiteren Betrachtung soll speziell eine Auseinandersetzung mit den Eigenschaften ihrer Persönlichkeit geschehen, die vor dem Hintergrund dieser Arbeit mit ihren Visionen in Verbindung stehen.

„Mit ungefähr 12 Jahren hörte sie zum ersten Mal Stimmen, die zunächst davon sprachen, wie wichtig es zur Rettung ihrer Seele sei, ihre Jungfräulichkeit zu bewahren. Später gaben die Stimmen genauere Anweisungen. Sie solle den Thronfolger zum König krönen und Frankreich vor den Engländern retten“ (GORDON, 2005, S. 17).

Aus Selbstzeugnissen ist dazu folgendes bekannt:

(Protokolle des Verurteilungs- und Rehabilitationsprozesses von JULES QUI-CHERAT, dokumentiert und zitiert hier in NETTE (2007). HERBERT NETTE studierte Geschichte, Germanistik und Rechtswissenschaft. Nach seiner Promotion zum Dr. jur. arbeitete er u. a. als Feuilletonredakteur beim "Darmstädter Tagblatt" und der "Kölnischen Zeitung". Er bezieht sich überwiegend auf die vorhandenen Selbstzeugnisse.

Als sie im Alter von 13 Jahren diese Stimmen hörte, hatte sie am Tag zuvor einen Tag gefastet. „Das erste Mal hatte ich große Furcht. Die Stimme erschien mir erhaben, und ich glaubte, dass sie von Gott geschickt war“, so JEANNE D´ARC (zitiert aufgrund der Selbstzeugnisse in: NETTE, 2007, S. 16). Danach verging kaum ein Tag, an dem sie die Stimme nicht gehört habe. Als sie durch diese Stimmen die Aufforderung erhielt, zum Stadtkommandanten von Vaucouleurs zu gehen, der ihr Leute geben würde, die mit ihr gingen, hat sie geantwortet, dass sie „ein armes Mädchen sei, das nicht zu reiten und Krieg zu führen verstehe“ (ebd.).

Zum Verständnis von Visionen sei zu der in Kapitel 2.1 erfolgten begrifflichen Herleitung ergänzt, dass gerade zu Ende des Mittelalters „die Überzeugung, dass die Welt von göttlichen oder teuflischen, jedenfalls von übernatürlichen Mächten regiert werde, eine tief im überlieferten Glauben verwurzelte Vorstellung war. Wunder und Prophezeiungen galten als ein Zeichen der ständigen Verbindung des Natürlichen mit dem Übernatürlichen“ (NETTE, 2007, S. 19). Damit sei im Prozess von JEANNE D´ARC auch nicht an der subjektiven Wirklichkeit der Stimmen gezweifelt worden, sondern es wurde geprüft, ob sie göttlichen oder teuflischen Ursprungs waren – was auch sehr interessant im Hinblick auf Visionen im damaligen Verständnis ist, weil Visionen in dieser Zeit nichts Ungewöhnliches waren.

Die Frage danach, inwiefern es sich mit den Erkenntnissen heutiger Psychologie und Psychiatrie bei ihren Visionen um Halluzinationen (also der Wahrnehmung ohne Objekt) gehandelt haben könnte, beantwortet NETTE wie folgt: Im Falle Johannas könne man auch in der Betrachtung der Entwicklung der Stimmen im Laufe ihres Lebens nicht übersehen, dass sich „in den

Ermahnungen, Ratschlägen und Versprechungen, die ihr halluzinatorisch übermittelt werden, ihre eigenen unbewussten Triebe, Wünsche und Hoffnungen ausdrücken“ (NETTE, 2007, S. 19).

Hinsichtlich JEANNE D'ARCS Persönlichkeit zeigt sich aus den protokollierten Aufzeichnungen über sie, dass Attribute wie Kraft, Robustheit, aber auch Charme in Verbindung mit einer gewissen weiblichen Subtilität charakteristische Merkmale waren. Daraus geht weiter hervor: Sie sei lebhaft, fröhlich und gesund gewesen, aß wenig, hielt starke Strapazen aus und weinte dennoch nicht wenig – beim Gebet, dem Anblick der Gefallenen, aber auch, wenn sie verwundet wurde. Sie habe nichts Krankhaftes oder Dämonischen an sich gehabt, sondern eine frische Natürlichkeit ausgestrahlt. Ungewöhnlich seien ihre Klugheit und Schlagfertigkeit, ebenso ihr erstaunliches Gedächtnis gewesen (vgl. NETTE, 2007, S. 133 ff). NETTE führt weiter an, dass man viele ihrer Antworten nicht ohne Bewunderung oder einem wohlgemeinten Lächeln über ihre überlegene Geistesgegenwart lesen könne. So demütig sie sich zu Gott bekannt habe, so keck und humorvoll habe sie spitzfindigen Fragen begegnen können. Für ein junges, ungelehrtes Mädchen vom Lande seien dies ungewöhnliche Eigenschaften gewesen. „Es ist bezeugt, dass sie im Gefecht immer vorne war und, wenn es den Rückzug zu decken galt, als letzte standhielt“ (ebd., S. 135). Trotz allem sei sie keine Amazone gewesen und ein Grundzug ihres Wesens waren Erbarmen und großherzige Güte. Noch im letzten Moment, schon in den Flammen, habe sich nicht an sich, sondern an den Mönch gedacht, der ihr bis zum Ende beistand und den sie dann gebeten habe, sie nun zu verlassen. Ihr völliger Mangel an Egoismus und das Ablehnen jeder Verherrlichung ihrer Person schließen aus, dass sie mit ihrem Handeln zur Wundertäterin hätte werden wollen, so NETTE.

Man könne sie mit all diesen Charaktereigenschaften und Verhaltensweisen weder als Heilige noch als Mystikerin bezeichnen, sondern am ehesten als eine Prophetin, die zur Märtyrerin wurde (NETTE, 2007). Er geht davon aus, dass ihre Stimmen und Visionen die Projektionen ihrer eigenen Wünsche und Ziele waren, merkt aber an, dass es sich rationaler Erklärung nie ganz erschließen werde, weshalb sie im Stande war, den Enthusiasmus ihres

Sendungsglaubens auf ihre Mitstreiter zu übertragen. Obwohl NETTE einen eher kritischen Blick auf JEANNE D'ARC hat und an einigen Stellen auch von Halluzinationen sprach, stellt er ihren Geisteszustand an keiner Stelle als „krank“ oder „unnormale“ dar. So sei sie eine Weile von der königlichen Regierung unterstützt worden, bis sie nicht mehr in ihr politisches Konzept passte.

*Das war ihr Ende – nicht ganz.*

500 Jahre nach ihrem Tode wurde sie als Johanna von Orleans heiliggesprochen. Sie ist bis heute eine der in der Geschichte meist gekannten Personen. Als Visionärin und Dienerin Gottes ist sie zum Mythos geworden und durch ihr Handeln nie wieder in Vergessenheit geraten. Sie wurde für viele Menschen zum Vorbild (KRUMEICH, 2006). GERD KRUMEICH ist Professor für Neuere Geschichte an der Heinrich Heine Universität Düsseldorf. Für sein Werk „JEANNE D'ARC in der Geschichte“ erhielt er 1992 vom Verband der Historiker Deutschlands den Preis für die "beste Arbeit des wissenschaftlichen Nachwuchses“.

*Die Unwahrscheinlichkeiten auf allen Ebenen, die durch die Kraft ihrer Vision Wirklichkeit werden konnten, sind für mich das Faszinierende an JEANNE D'ARC. Als Leitfigur dieser Arbeit ist sie deshalb interessant, weil durch sie die Kraft, die Menschen aufgrund von Visionen entwickeln können, deutlich wird. Durch ihr Schicksal zeigt sie aber auch, welche Gefahr und möglicherweise hohen Preis das Verfolgen einer Vision haben kann. Damit ist sie gleichermaßen faszinierend als Leitfigur wie abschreckendes Beispiel dafür, was passieren kann oder konnte, wenn man der inneren Stimme, seinen inneren Bildern, einem inneren Auftrag oder sonstigen Zeichen und Visionen folgt.*

## 2.5 EXKURS ZUM BEGRIFF SEELE

Menschen haben Seelen. Ich vermute jedoch, dass viele Menschen die Verbindung zu ihrer Seele unterbrochen haben, was auch den Zugang zu Visionen erschwert bzw. blockiert. Aus dem Grund erfolgt an dieser Stelle ein kurzer Exkurs zum Begriff der Seele.

Für die alten Mystiker und Philosophen, wie z. B. PLATON, schien es ein Hauptthema gewesen zu sein, sich mit der Existenz der Seele zu beschäftigen. Auch dass es eine so genannte „Weltseele“ gibt, aus der jede Einzelseele entspringt und letztlich wieder dahin zurückgeht, war eine Annahme. Das Verständnis des Begriffs der Seele hat sich im Laufe der Jahrhunderte auch verändert.

*Heutzutage sprechen Menschen häufig von „seelischen Zuständen“, wenn sie ihre emotionale Seite meinen, aber weniger ihre spirituelle Verbindung. Doch gerade der Zugang zu dieser spirituellen Seite scheint zu ermöglichen, dass Menschen kraftvolle und richtungsweisende Visionen bekommen oder entwickeln können. Manche Menschen fühlen diese Verbindung zur Seelenebene und sprechen dabei von Intuition. Andere können im Sinne einer höheren Macht auch die Verbindung zu einer göttlichen Quelle darin sehen. Für die Arbeit mit Visionen mag jedes Verständnis hilfreich sein.*

Der Begriff Seele strahlt eine Tiefe aus, die sich nicht wirklich eindeutig beschreiben lässt. Genau diesem kaum fassbaren Phänomen liegt auch meine Angst zugrunde, überhaupt eine Definition zu wagen. Es jedoch nicht zu wagen, ließe vor dem Hintergrund des Themas dieser Arbeit ein wesentliches Kernelement außen vor. Folgende Aussage greift diesen Konflikt auf:

„Wer zögert nicht, den Begriff „Seele“ zu verwenden. Aus den Wissenschaften ist er verschwunden. Mit zu vielen heterogenen Denktraditionen ist er verbunden; für eine wissenschaftliche Begriffsbildung erscheint er zu wenig präzise. Jedoch ein Blick in die Geistes-, Kultur- und Wissenschaftsgeschichte macht deutlich: In ihrem ganzen Verlauf war die Seele ein wichtiger Bezugspunkt den Denkens über den Menschen, seine Natur und die Welt“

(WULF in: JÜTTEMANN, SONNTAG, WULF (Hrsg.), 1991, S. 5). Heute sei die Leuchtkraft des Seelenbegriffs erloschen, was man jedoch nur in der historischen Rekonstruktion verstehen könne. Die Seele habe seit ihren Anfängen etwas Transitorisches (Vorübergehendes), das über den Menschen und die Natur hinausweise. Sie sei immateriell, habe keine Substanz und entziehe sich somit dem identifizierenden Zugriff der Wissenschaften. So hätten zahlreiche Metaphern die Rede über die Seele hervorgebracht, wie „Brücke, Bogen, Pfeil; Hirsch, Lamm, Vogel; Schmetterling, Taube; Feuer, Wasser, Luft; Atem, Sprache, Musik; das Unbewusste, der Traum, die Passage“ (ebd., S. 5). Vielleicht sei die Seele selbst eine Metapher für das Leben, den Menschen, für eine Bewegung über den Menschen hinaus zum Tier, zur Pflanze, zum Anderen, so WULF. In jedem Falle habe die Seele eine Zwischenstellung zwischen lebloser Materie und Gott. Ihr Aufstieg zu Gott sei nur durch die intellegible Welt des Geistes (die geistig wahrnehmbare Ideenwelt) möglich.

Nach WULF kennzeichnet der Begriff Seele die seelisch-geistige Innenausstattung des Menschen. Er zieht eine Beschreibung des AUGUSTINUS hinzu, wonach nicht in der Außenwelt, sondern nur in der Seele die göttliche Wahrheit zu erfassen sei. „Schaut die Seele abwärts, erblickt sie den Leib, richtet sie den Blick aufwärts, gewahrt sie Gott. Nicht auf den Leib, nicht auf sich, sondern auf Gott ist die Seele gerichtet; ihn sucht sie“ (ebd., S. 5). Danach scheint die Seele die Aufgabe zu haben, wahrheitsfindend im Sinne einer göttlichen Wahrheit zu sein. *Dies könnte auch eine Aufgabe von Visionen sein.*

Die Seele ist im antiken Denken Prinzip der „Bewegung“ gewesen, wobei der Begriff Bewegung sich nicht nur rein auf physikalische Bewegung beziehe, sondern auch Veränderungen an Gegenständen der Wahrnehmung, die Wandlung von Erscheinungsformen jeglicher Art, Prozesshaftigkeit und Tätigkeit umfasse (STADLER in: JÜTTEMANN, SONNTAG, WULF (Hrsg.), 1991). Seele umfasse danach auch die Tätigkeit des Erkennens, des Wahrnehmens, des Denkens und des Schlussfolgerns.

STADLER setzt sich mit dem Begriff der Weltseele auseinander. Die Annahme einer so genannten Weltseele, die als eine Größe verstanden werden könne, die in allen Dingen webt, werde meist als eine rational kaum nachvollziehbare Naturmystik oder dichterische Schwärmerei eingestuft. Dem stehe aber entgegen, dass für bedeutende Denker und Naturphilosophen des 15. und 16. Jahrhunderts die Theorie der Weltseele eine unverzichtbare rationale Erklärungsgröße gewesen sei. Wie nun stehen aber die Begriffe Seele und Weltseele in Verbindung?

Das Theorem der Weltseele verfolge die Funktion, die Intelligibilität der Welt für das menschliche Erkennen strukturell zu sichern. Nach PLATONS Seelenlehre wird die Grundfunktion der Seelentätigkeit unterschieden. Danach gelten die Seele und ihr intellektiver Teil als das Organ, das die Erkenntnisleistung vollbringt. Die Weltseele wird angenommen als Prinzip der Formung der Welt, das ihre Erkennbarkeit ermöglicht (vgl. ebd., S. 180 ff). Eine Erkennbarkeit der Welt heiße infolge dieser Annahmen: eine Beseeltheit der Welt. Das Theorem der Weltseelenlehre aus der Antike wurde in der Renaissance wieder aufgegriffen und verstand sich dann nicht mehr als formende Kraft, die von außen her der Materie Formen aufprägt, sondern als eine so genannte innere Wirkkraft. Dieser forcierte Immanenzgedanke führte zur Annahme einer Allbeseeltheit der Dinge. Die These der Allbeseeltheit manifestiert sich in dem Satz: „Alles ist in Allem“ (STADLER, a. a. O., 1991, S. 183), der das typische Denken der Renaissance widerspiegelt.

Hier konnte nur ein Bruchteil des Diskurses um die Auseinandersetzung mit dem Begriff der Seele durch die unterschiedlichen Epochen hinweg vorgenommen werden. *Der Gedanke der grundsätzlichen Verbindung „Alles ist in Allem“ spiegelt auch das Prinzip der Visions-Arbeit mit den Menschen draußen in der Natur wider. Damit ist alles, was symbolisch in der Natur im Außen wahrgenommen wird, auch Teil des Beobachters selbst und kann so als Spiegel und Lösungsimpuls dienen.*

JOACHIM FAULSTICH (2008) unterstützt diese Annahmen in ähnlicher Weise. *Er beschäftigt sich seit zwanzig Jahren als Autor und Regisseur wissenschaftlicher Fernsehdokumentationen mit alternativen Heilverfahren und*

Bewusstseinsforschung und hat sich in seinem Buch mit dem „heilenden Bewusstsein“ auseinandergesetzt. In einem Kapitel widmet er sich dem Begriff der Seele und der Medizin, speziell in Bezug auf Spontanheilungen. Er versucht die Rolle der Seele dabei zu ergründen und differenziert sie vom Geist und vom Bewusstsein. Nach seiner Definition lässt sich die Seele als Einheit betrachten, wie ein großer Kreis, der alles umschließt. In dessen Zentrum liege jener unbeschreibbare Bereich der All-Einheit. Je mehr man sich jedoch vom Zentrum an die Peripherie des Kreises bewege, desto mehr zeige sich die Individualität. Um den Zusammenhang der Begriffe Seele, Geist und Bewusstsein zu erläutern, verwendet er das Bild vom gewaltigen Meer – welches die Seele meint. Darin formten sich Informationen unsichtbar zu Sinnzusammenhängen. Der Geist hingegen könne das Boot sein, das über dieses Meer gleitet. In dem Boot sitze dann der Beobachter (das Ich), der sich seiner selbst bewusst ist. Das, was der Beobachter wahrnehme, werde vor seinem inneren Auge real, dringe in das Bewusstsein vor und werde dem Vergessen eine gewisse Zeit entrissen. Der Beobachter sehe natürlich nur die Oberfläche dieses gewaltigen Wassers (der Seele) und nehme auch nur einen begrenzten Ausschnitt wahr. Was unter der Oberfläche geschehe, sei von großer Bedeutung, aber es werde dem Beobachter aus seiner Position heraus kaum gelingen, dies zu erfassen. „Umso wichtiger ist es für ihn, sein Boot vorsichtig und niemals gegen die Bewegungen des Meeres dorthin zu steuern, wohin er möchte...Manchmal wagt er es, ein Stück in die Tiefe zu tauchen und die Wirklichkeit unter der Oberfläche wahrzunehmen. Dann wird auch dieses Verborgene bewusst und damit Teil des inneren Bildes, das Leben bedeutet“ (FAULSTICH, 2008, S. 98). Das Bewusstsein nutze den Geist als Fahrzeug in der Weite der Seele. Es hänge von der Stärke des Geistes und den Bewegungen der Seele ab, wohin das Bewusstsein am Ende gelange.

Nach diesem Bild hat die Seele eine besondere Macht. Sie erscheint um ein vielfaches größer als der Geist, der seinerseits wiederum größer sei als das Bewusstsein, welches aber in der Wahrnehmung und Erkenntnis der Seele innerlich wachse. Wenn das Bewusstsein die alltägliche Wirklichkeit verlässt, z. B. im Traum, könne es die Tiefe der Seele auf andere Weise ausloten. Es dehne sich aus und erweitere sich und die Inseln in der Ferne des inneren



Landes können entdeckt und vielleicht erkundet werden (FAULSTICH, 2008).

*Diese metaphorische Beschreibung verdeutlicht, wozu ein Mensch in der Lage ist, um an neue Informationen zu gelangen. Wenn man also von der Existenz der Seele ausgeht, dann sollte nachvollziehbar geworden sein, dass Visionen aus diesen tieferen Schichten kommen.*

Welche Rolle das für den Weg vom Beruf zur Berufung spielt und ob einer Berufung immer auch eine Vision zu Grunde liegt, die den tieferen Schichten der Seele entstammt, wird im nächsten Punkt deutlicher. Möglicherweise kann eine Berufung auch ganz anders entstehen?

### 3. BERUF UND BERUFUNG

#### 3.1 BEGRIFFSGESCHICHTLICHE ENTWICKLUNG

Im Begriff Beruf steckt aufgrund seiner begrifflichen Entstehung bis heute eine anspruchsvolle ethische Bedeutung. Beruf habe sich aus dem Begriff Berufung entwickelt, welcher dem kirchlich wie theologischen Begriff der „vocatio“, dem von Gott ausgehenden Ruf, entstammt. Speziell im Hinblick auf die Christen der alten Kirche, war dabei die Berufung zum Mönchstum gemeint. Wohl nur in der antiken Tradition habe es für den „Herrscher“ eine vergleichbare besondere vocatio gegeben. LUTHER habe die alles irdische übersteigende Berufung des Mönchstums und den damit allen anderen Christen überlegenen Stand bestritten und wesentlich zur Neuformulierung der vocatio beigetragen, die somit zum Begriff des Berufes führte. „In diesem Zusammenhang ist vor allem die Übersetzung von 1. Kor. 7, 20 wichtig geworden, wo in LUTHERS Übersetzung der äußere Beruf zum Ort der Berufung wird“ (RITTER, 1971, S. 833). Der so entstandene Begriff wurde weitgehend synonym mit dem von „Stand und Amt“, dem schon noch eine göttliche Instanz seine Bedeutung verlieh, bei der sich die Berufung aber am Weltlichen manifestiert habe. Er steht in Zusammenhang mit der Lehre der Prädestination CALVINS (u. a. übersetzbar als Vorbestimmung; im engl. wird destiny auch mit Schicksal, Geschick übersetzt). Durch das Zusammenbringen LUTHERS der beiden Begriffe „göttliche Berufung“ und „weltlicher Beruf“ ist eine Spannung entstanden. Mit dem sog. „inneren Beruf“ werden im Sinne einer individuellen Berufung die Begriffe Anlage, Talent und Begabung verbunden. Glücklich seien die Menschen, „deren äußerer Beruf mit dem inneren vollkommen übereinstimmt“. Aber das sei nicht selbstverständlich, doch „es ist ein glückliches Schicksal, noch durch seinen Beruf bestimmt zu sein, dasjenige zu tun, was man schon um seines allgemeinen Berufes Willen als Mensch tun müsste“ (CALVIN zitiert nach: RITTER, 1971, S. 834).

Für GOETHE stand Beruf eng zusammen mit Berufung und Bestimmung, während er als äußerer Beruf zugleich als Beschränkung erscheine, die vom Menschen eine ausdrückliche ethische Leistung verlange (in: RITTER, ebd.).

Nach HEGEL stehe der äußere Beruf zusammen mit Forderungen des Gehorsams und der Treue und empfangen seinen allgemeinen Sinn aus der Hingabe an die Gesellschaft und zwar in Erfüllung der Pflichten, wodurch der Begriff Beruf zum Grundbegriff der Pflichtenlehre geworden sei (ebd).

An dieser Stelle wird kurz auf den Begriff „Bestimmung“ eingegangen. „Bestimmen bedeutet primär: Inhalt (Sinn, Wesen, Struktur) verleihen, sekundär: von innen her gestalten und konsekutiv: sich von anderem abgrenzen“ (RITTER, 1971, S. 850). *Das Verständnis im primären Sinne, also etwas Sinn zu verleihen, zeigt die Nähe der Begriffe Berufung und Bestimmung im heutigen Verständnis meines Erachtens am ehesten auf. In beiden Fällen bleibt jedoch die Entstehung der Begriffe zu bedenken, wonach die göttliche Kraft im Weltbild der Menschen früher einen viel größeren Einfluss auf das eigene Handeln und Sein hatte, als es heutzutage der Fall ist. Worte in unserer Sprache – wie Selbst-Bestimmung – verdeutlichen dies aus meiner Sicht. Dem Beruf „selbst-bestimmt“ Sinn zu verleihen ist in etwa das, was heutzutage auch unter Berufung verstanden werden kann.*

Doch zurück zur weiteren geschichtlichen Herleitung des Begriffes Beruf, der sich zunächst von der Qualität des Sinns und der Sinnggebung wieder zu entfernen schien und den Berufs-Menschen zum Fach-Menschen (RITTER, 1971) werden ließ. Eine positive Sinnggebung des Berufes schiene noch unter den Bedingungen von Rationalisierung und Arbeitsteilung nur schwer vereinbar.

„Für die jüngste Begriffsgeschichte gilt, dass Beruf und Berufung weit auseinandergerückt sind. Immerhin ist die Beobachtung philosophisch bedeutsam, dass Beruf zum Gegenstand vielfältigen und differenzierten Interesses geworden ist: Berufs-Pädagogik, Berufs-Psychologie, Berufs-Medizin, Berufs-Beratung, Berufs-Fürsorge und ähnliche Wortbildungen zeigen einen Prozess, in dem die überindividuellen Faktoren des Berufes, wenn auch mittelbar, durchaus im Dienste jener ursprünglichen Sinnggebung wahrgenommen werden, die im Beruf die Manifestation jener Berufung des Menschen sieht, die ihm als seine Bestimmung zukommt und eine Aufmerksamkeit erzwingt, die dem Humanum im Beruf gilt“ (RITTER, 1971, S. 835).

Im heutigen Verständnis wird Beruf in erster Linie mit Arbeit assoziiert. Berufung beinhaltet eine darüber hinausgehende Aufgabe. Während ein Beruf spätestens mit dem Rentenalter ende, hat eine Berufung keine zeitliche Limitierung. Ein Beruf gliedert das Leben in Arbeitszeit und Freizeit. Oft sind damit Pflicht und Spaß voneinander getrennt. Bei einer Berufung hingegen herrscht ein Angetriebensein durch eine bestimmte Passion vor.

Der Freizeitforscher OPASCHOWSKI (1997) hat bereits in den 1990er-Jahren die Verlagerung von Spaß und Erfüllung in den Freizeitbereich sehr kritisch beleuchtet. Möglicherweise steht dies auch in Verbindung der noch vorherrschenden Trennung von Beruf und Berufung, wonach die Erfüllung und der Sinn außerhalb des Berufes gesucht werden. Es ist daher denkbar, dass eine Berufung im privaten Bereich angesiedelt ist. Wenn ein Beruf auch gleichzeitig als Berufung erlebt wird, würde diese Verlagerung in die Freizeit vielleicht nicht geschehen.

Eine interessante Fragestellung ist daher, ob ein Unternehmen seine Mitarbeiter unterstützen kann, ihren Beruf als Berufung zu empfinden. *Motivationspsychologisch wäre das sicher sehr wirksam. Generell ist zu bezweifeln, dass ein Beruf von außen zur Berufung gemacht werden kann. Dieser Prozess oder dieses Erleben muss meines Erachtens im Individuum selbst entstehen.*

Im heutigen Verständnis steht Berufung – wie bereits angedeutet – in enger Verbindung mit Selbstverwirklichung. Diese wird von MASLOW (1908-1970) definiert als "fortschreitende Verwirklichung der Möglichkeiten, Fähigkeiten und Talente, als Erfüllung einer Mission oder einer Berufung, eines Geschicks, eines Schicksals, eines Auftrages, als bessere Kenntnis und Aufnahme der eigenen inneren Natur, als eine ständige Tendenz zur Einheit, Integration oder Synergie innerhalb der Persönlichkeit" (MASLOW zitiert nach: TEPPERWEIN, 2004, S. 24).

TEPPERWEIN (2004) geht davon aus, ein berufener Mensch sei jemand, der nicht aus dem Ego heraus handelt, sondern aus dem Selbst heraus agiert.

TEPPERWEIN ist Autor und Unternehmer und hat zahlreiche Lebenshilfebücher geschrieben, die sich mit Themen wie Mentaltraining, Intuitionsschulung, Bewusstseinsweiterung und auch mit dem Thema Beruf – Berufung etc. befassen. In der Berufung seien Anstrengung und Ansehen unwichtig. Kriterien wie kurze Arbeitszeiten, Auszeichnungen, Beförderungen, viel Urlaub und viel Geld, eine hohe Rente etc. dürfen danach keine Rolle spielen, wenn jemand sein Wirken als Berufung bezeichnet. Die Herausforderung, etwas zu schaffen und Anerkennung zu bekommen seien auch bei der Berufung Grundmotive, aber dass diese oft hohe körperliche oder psychische Anstrengung erfordert, ist nebensächlich. Worauf es ankommt, sei im Einklang mit sich selbst oder der Schöpfung zu leben und darin Erfüllung zu finden, so TEPPERWEIN. Dann könne der Arbeitsplatz der Ort der Selbstverwirklichung und der Beruf zur Berufung werden, auf die man sich jeden Tag aufs Neue freut. Natürlich sei auch gestattet, sich gut dafür bezahlen zu lassen.

Der Aspekt der freien Wahl scheint ebenfalls entscheidend zu sein. Es sei natürlicherweise eine Frage des Lebensalters (am Berufsanfang kennt man seine Stärken noch nicht so gut), der Bewusstheit (was einem wirklich wichtig ist im Leben) und der sozialen Rahmenbedingungen (Prägung aus dem Elternhaus, Akzeptanz bei Freunden). Auch finanzielle Möglichkeiten würden eine Rolle spielen. Gesellschaftlich betrachtet war eine Wahlfreiheit für Berufe nicht immer oder für alle gegeben. Die Berufswahl beschreibe eine interaktive Lern- und Entscheidungsphase, deren jeweiliges Ergebnis dazu beitrage, dass Menschen unterschiedliche berufliche Tätigkeiten ausüben, wobei die Wahl unter bestimmten gesellschaftlichen Bedingungen und Einflüssen stehe (BUSSHOF, 1989). Die Möglichkeit und Notwendigkeit einer Berufswahl sei damit auch eine Folge der Berufsfreiheit.

### 3.2 WEGE VOM BERUF ZUR BERUFUNG

Menschen, die ihre Berufung im heutigen Verständnis leben, haben es demnach geschafft, ihre Talente und Fähigkeiten voll auszuleben und sich frei für diesen Weg zu entscheiden. Ein auf diese Weise gelebter Beruf wird zur Berufung.

Ein Problem zeigt sich aus meiner Sicht darin, dass auch Menschen, die zwar entsprechend einer freien Wahl eine lange und fundierte Ausbildung durchlaufen und sogar ihre Talente gut berücksichtigt haben, trotzdem ihren Platz in der Arbeitswelt nicht finden. Die Gründe hierfür sind vielfältig. Dies können z. B. nicht anerkannte Ausbildungen aus anderen Ländern oder immer noch sehr umkämpfte Branchen oder Berufsbilder sein. *Diese Gegebenheiten führten dazu, mit solchen Klienten in Richtung Berufung zu blicken, anstatt nach einer Anstellung zu suchen, die es so nicht für sie gab.*

Was einen Beruf von der Berufung unterscheidet, ist auch das Vorhandensein von Begeisterung und Leidenschaft. Genau dieses „innere Feuer“ ist bei der Bewerberauswahl oft entscheidend. Damit wird nebensächlich, ob die Chancen auf dem Arbeitsmarkt objektiv gut oder schlecht sind – denn ein Teil der Menschen ist ja erfolgreich bei der Suche. Wenn genügend Begeisterung für das vorhanden ist, was man tut, kann auch eher der Mut für eine Selbstständigkeit aufgebracht werden. Somit liegt eine Berufung vielleicht auch in einer Selbstständigkeit.

KÖTHE (2006) erläutert die Bedeutung der Begeisterung bzw. Leidenschaft anhand der Begriffe Primärmotivation und Sekundärmotivation. Wer primär motiviert ist, sei schon allein durch die Ausübung seiner Tätigkeit erfüllt, die er mit einer gewissen Leidenschaft als Berufung erlebt. Wer hingegen einen sekundären Nutzen in Form von Geld erwartet, werde seine Arbeit zwar mehr oder weniger engagiert erfüllen, aber es gebe keinen Grund, mehr zu leisten, als dafür erforderlich ist. *KÖTHE hat seine sichere Festanstellung gekündigt, um herauszufinden, was erfolgreiche Menschen antreibt und dazu viele Menschen aus Wirtschaft, Sport, Politik und sozial Engagierte be-*

*fragt, die, wie im nächsten Kapitel erläutert wird, auch von ihrer Berufung sprechen.*

TEPPERWEIN (2004) versteht unter Berufung, den im Leben bestimmten Platz zu suchen. Er geht davon aus, dass immer, wenn man dem optimalen Platz im Leben näher kommt, es einem richtig gut geht. In diesem Kontext spricht er auch von Bestimmung. Normalerweise, so deutet er an, laufen die Menschen wie blind durchs Leben, um ihren „heiligen Gral“ zu finden. Als Vergleich dieser schwierigen Suche und der Notwendigkeit der Unterstützung durch andere, führt er folgendes Beispiel an: Der in den 1980er-Jahren populäre Rubik-Würfel habe bereits für Sehende eine enorme Herausforderung dargestellt. Ein Blinder jedoch bräuchte mehrere Leben, um zufällig alle Farben richtig zu ordnen. Interessant sei folgende mathematische Rechnung. Wenn „ein perfekter Mitspieler“ ihm immer ein Feedback gegeben hätte im Sinne von richtig – falsch – richtig – richtig, dann hätte der Blinde kaum mehr als zwei Stunden benötigt, um den Würfel perfekt zu drehen. Er baut seine These dahingehend auf, dass man dieses Feedback vom Leben durchaus bekomme, es nur nicht beachtet oder oft erst recht nicht verstehen könne (vgl. TEPPERWEIN, 2004, S. 16ff).

In dem Wort Berufung steckt das Wort „Ruf“. Seine Berufung im heutigen Verständnis zu finden, erfordert also auch zu lernen, dieses Feedback zu hören, zu entschlüsseln und ihm letztlich zu folgen. Ersetzt man Berufung durch Bestimmung, dann deutet dies darauf hin, der inneren Stimme zu folgen. *Diese Stimme zu hören, muss von vielen Erwachsenen erst wieder erlernt werden, weil z. B. zu viele Vernunftentscheidungen im Laufe des Lebens zum Verstummen dieser Stimme geführt haben.*

*An dieser Stelle sei erneut erwähnt, dass es psychische Erkrankungen gibt, bei denen Menschen Stimmen hören. Diese Art Stimmen sind hier bitte nicht gemeint. Nach der in Kapitel 2 erfolgten Abgrenzung von Visionen, würde in diesen „verwirrten Stimmen“ jeglicher Bezug zu einer objektiven Realität verloren gegangen sein.*

Das Fallbeispiel eines Klienten soll verdeutlichen, wie die innere Stimme heutzutage auf dem Weg vom Beruf zur Berufung verstanden werden kann:

Ein 28-jähriger Mann kam mit abgeschlossenem Grafik-Design-Studium ins Coaching. Er hatte sein Diplom erfolgreich bestanden und war auf Arbeitssuche. Bereits im ersten Gruppentreffen erzählte er, dass er seit seiner Kindheit Geschichten geschrieben habe. Nach und nach war ihm zu entlocken, dass er seit zwei Jahren an einem philosophisch/mystischen Buch geschrieben hatte. Auf die Frage danach, wo sein Herz höher schlage, begann er in Verbindung mit dem Buch zu strahlen. Seine Vernunft hingegen sagte ihm, er müsse doch jetzt als Grafiker arbeiten, weil er diesen Beruf gelernt habe, auch gut darin sei, eine kleine Tochter habe usw.

An solchen Entscheidungsschwellen stehen Klienten oft. Nicht nur was den beruflichen Bereich angeht, macht es keinen Sinn, den Weg der Vernunft zu gehen ohne dabei auch dem Herzen zu folgen. Meist ist nicht eine „Entweder-oder-Entscheidung“ die Lösung, sondern eine „Sowohl-als-auch-Wahl“.

Der junge Mann im Fallbeispiel hat mit aller Konsequenz das Buch beendet, nachdem wir (die Coaches und die anderen suchenden Teilnehmer) ihn mit seinem Talent gesehen und gewürdigt haben und ihm das Feed-back gegeben haben, wo er ein Strahlen im Gesicht hatte. Er hat mutig zu Verlagen Kontakt aufgenommen und ist mit Ende der viermonatigen Coaching-Phase in eine Stadt gezogen, in der er auch als Grafik-Designer gute Chancen hat, einen Beruf zu finden. Weil er seinem Herzen und damit vielleicht auch seiner Berufung überhaupt erst mal Raum gegeben hat, kam etwas in Bewegung. Im besten Falle ist das, was er findet, schon Beruf wie Berufung.

Eine Kernfrage dieser Arbeit ist herauszufinden, wie Menschen ihre Berufung finden oder wie sie dabei unterstützt werden können, den Weg vom Beruf zur Berufung zu gehen. Nicht jeder Berufene erhält einen göttlichen Auftrag und wahrscheinlich ist dieses Verständnis auch nicht mehr ganz zeitgemäß. Aufgrund der Auseinandersetzung mit einer großen Anzahl (ca. 700) unterschiedlicher Berufsbiografien gehe ich davon aus, dass alle Berufs-/Lebens-Stationen eines Menschen in der Gesamtheit betrachtet einen Sinnzusammenhang ergeben, der wiederum in Richtung Berufung führen kann. TEPPERWEIN (2004) geht noch einen Schritt weiter. Er empfiehlt, die berufliche Vergangenheit so zu bewerten, dass sie Teil der beruflichen Wunschbi-



ografie wird und damit als perfekte Ausbildung für die Berufung angesehen werden kann. *Abgesehen davon, dass in den meisten Fällen tatsächlich ein roter Faden erkennbar ist, der in der logischen Konsequenz in eine bestimmte Richtung führt, erachte ich seine Sichtweise psychologisch als sehr wertvoll. Wenn Menschen zu mehr Selbsterkenntnis gelangen und plötzlich feststellen, dass sie Jahrzehnte an ihrem Talent und ihren Fähigkeiten vorbei gelebt haben, dann dürfte das äußerst niederschmetternd sein.*

Um diese Verbindung, den roten Faden erkennen zu können, erfordert es einen erweiterten, kreativen Blick und eine gewisse Abstraktionsfähigkeit hinsichtlich der bisherigen Berufsstationen. Dabei gilt es ähnlich einem Puzzle, die kleinsten Einzelteile erst einmal auszubreiten und in den verschiedensten Kombinationen auszuprobieren, bis langsam ein Bild entsteht. Je mehr Puzzleteile da sind, desto schwieriger ist es, das Bild entstehen zu lassen. *Der Suchende tendiert sowieso zu Ungeduld und verkrampt leicht, wenn er nicht sofort erkennt, wie etwas zusammenpasst. Die meisten Klienten wollen am liebsten gleich ein fertiges Bild haben. Wenn sie das nicht sehen, geben sie schnell auf.* Die Aufgabe ist in solchen Fällen, erst einmal alle verdeckten Puzzleteile in Ruhe umzudrehen und sie einzeln zu betrachten. Das Ziel ist zunächst nicht das fertige Bild, sondern die Assoziationen und neuen Impulse im Entstehungsprozess.

Dieses Vorgehen kann durch bestimmte Kreativitätstechniken mit Visualisieren, Malen, Schreiben etc. gestaltet werden. Weil die Menschen in ihrer eigenen Schatzkiste von Talenten und Fähigkeiten plötzlich Wertvolles finden, was zuvor verborgen war, könnte man dabei auch von einer Schatzsuche sprechen, *die an das Vordringen in der Tiefe des Meeres (die Seele) im vorigen Kapitel erinnert.*

Eines der deutlichsten Zeichen, auf dem richtigen Weg zu sein, sind Zufälle – Zufälle, die an sich keine sind. C.G. JUNG (1875-1961) prägte hierzu den Begriff „Synchronizität“ (von griechisch synchron, gleichzeitig), was relativ zeitnah aufeinander folgende Ereignisse meint, die nicht über eine Kausalbeziehung verknüpft, aber durch konkreten Informationsbezug als miteinander verbunden und aufeinander bezogen erkennbar seien. Erkennbar sei

dennoch ein Sinnzusammenhang. Dieses Prinzip kann auch für den Weg vom Beruf zur Berufung angewendet werden. *Das funktioniert allerdings nur, wenn eine entsprechende Offenheit für neue Impulse vorhanden ist.*

Eine wichtige Voraussetzung auf dem Weg zur Berufung ist noch, dass Menschen wieder zu träumen lernen. „In unseren Träumen steckt unser Potenzial, klopft unsere tiefe Sehnsucht an die Türe der Verwirklichung“ (GOETHE zitiert nach TEPPERWEIN, 2004, S. 41). Dabei seien nicht in erster Linie die Träume in der Nacht gemeint, sondern auch unsere Kindheits- und Jugendträume. In ihnen liege der Schlüssel zur Seele und damit zur Berufung. Von daher ist es seine Empfehlung, diese Träume, Sehnsüchte und Wünsche alle aufzuschreiben.

### 3.3 MENSCHEN UND IHRE MOTIVATION ZUR BERUFUNG

„Ich weiß, dass ich nichts weiß“ (SOKRATES 469-399 v. C.). Er war nicht nur ein bedeutender Philosoph in unserer abendländischen Kulturwelt, sondern vielmehr der große Lehrmeister des Fragens. Seine Philosophie war es, anderen dabei zu helfen, durch Fragen ihre Wahrheit zu finden. Damit habe er den Athenern ihre Illusion des Wissens geraubt, weil er sie durch sein Fragen an die Grenzen ihres Verstandes und ihres Pseudo-Wissens brachte (vgl. TEPPERWEIN, 2004, S. 64). Das Wissen, um das es SOKRATES ging, war die innere Gewissheit des Herzens. Es implizierte das Hören auf die innere Stimme und damit verbunden die unbedingte Verpflichtung zum rechten Handeln. *Ohne ihn diskreditieren zu wollen, wäre SOKRATES mit dieser Fähigkeit in der heutigen Zeit auch ein guter Coach gewesen.*

Die Athener aber empfanden als Gotteslästerung, was er wie folgt zu seiner Berufung äußerte: „Ich nun würde seltsam handeln, ihr Männer von Athen, wenn ich da, wo mich..., wie ich glaube und annehme, Gott hingestellt hat, damit ich philosophierend lebe und mich und die anderen prüfe, aus Furcht vor dem Tode oder vor irgend etwas anderem meinen Posten verlasse.“ (SOKRATES zitiert in: TEPPERWEIN, 2004, S. 66). Sein radikales Infragestellen habe bei der Athener Obrigkeit Ängste ausgelöst. Sie stellten sich

seinen Fragen jedoch nicht, sondern verurteilten ihn zum Tode. Er blieb seiner Wahrheit treu und fürchtete den Tod nicht, weil er um das Jenseits wusste (vgl. TEPPERWEIN, ebd.). *Wie speziell zum Thema Ängste vor Visionen vermutet, endete auch er als ein mutiger Visionär durch sein Denken und Handeln im Tode.*

Was JEANNE D'ARC als Leitfigur im Kontext dieser Arbeit transportieren könnte, war zu Beginn noch nicht klar. Als Visionärin und ungewöhnliche Frau ihrer Zeit verkörperte sie schon eine Heldin, die zunächst eine Faszination ausstrahlte. *Durch einen Literatur-Tipp stieß ich zufällig auf HOWARD GARDNER und sein Buch „Kreative Intelligenz“. GARDNER (1999) hat sich damit auseinandergesetzt, was wir mit MOZART, FREUD, WOOLF und GANDHI gemeinsam haben. Bereits im Vorwort schreibt er: „Von den Milliarden von Menschen, die in den letzten Jahrtausenden auf unserem Planeten wandelten, haben vergleichsweise wenige über ihren unmittelbaren Umkreis hinaus Spuren hinterlassen. Unter jenen, die in Erinnerung geblieben sind, sind einige für ihren ungewöhnlichen Mut bekannt (die Jungfrau von Orleans), einige für ihr hohes Lebensalter (Rose Kennedy), andere für ihre Großzügigkeit (Andrew Carnegie) und wieder andere für ihre Grausamkeit (Dschingis Khan)“ (GARDNER, 2002, S. 13). In diesem Moment war klar, dass sie als Leitfigur besonders für den **Mut** steht, den jede Vision erfordert.*

GARDNER führt weiter an, dass in jedem Zeitalter ein winziger Prozentsatz von Menschen durch seine besonders kreative Leistung hervorsteicht, wie z. B. MOZART, der, obwohl er in jungen Jahren starb, dutzende von Meisterwerken hinterließ. FREUD schreibt er einen besonderen Innovationsgeist zu, da er – obwohl mit 40 Jahren noch unbekannt – mit der Psychoanalyse eine einflussreiche neue Lehre begründete; MAHATMA GANDHI, ein Rechtsanwalt aus einer damals entlegenen Provinz (Indien), der eine Form des zivilen Ungehorsams praktizierte, die bis heute Millionen von Menschen auf der ganzen Welt inspiriert. Er nennt noch VIRGINIA WOOLF, die tief in ihre eigene Psyche, die weibliche Erfahrung und das Wesen bewusster geistiger Prozesse eindrang. Auch wenn diese Menschen, wie GARDNER schreibt, nur einen winzigen Prozentsatz unter Milliarden von Menschen ausmachten, so seien sie den übrigen als Vorbilder im Bewusstsein geblieben (ebd.).

KÖTHE (2006), selbst erfolgreicher Sportler, hat sich über zwei Jahre mit sog. erfolgreichen Menschen unseres Landes ausgetauscht. Mit der Betrachtung der unterschiedlichen Biografien hat er nach dem Erfolgsgeheimnis dieser Menschen gesucht. Er wollte herausfinden, was sie zu außergewöhnlichen Leistungen antreibt. *Ich habe sein Buch mit der Fragestellung durchgearbeitet: Könnte dieser Erfolg oder starke Antrieb auch mit Berufung in Verbindung stehen?* KÖTHE kommt u. a. zu dem Fazit, dass erfolgreiche Menschen ihren zentralen Lebenstraum zum Beruf gemacht haben – was auch einer Berufung im heutigen Verständnis entspricht.

Eine Problematik, die in unserer Gesellschaft besteht, sei, dass viele Menschen ihre größten Fähigkeiten und Wünsche nicht mit ihrem Beruf in Einklang bringen können und somit große Teile der Persönlichkeit nicht ausgelebt werden. Da „wir 75 % unserer Wachzeit mit dem beruflichen Handeln verbringen“ (KÖTHE, 2006, S. 52), sei dies durchaus bedenkenswert.

Ein Blick in die Motivationspsychologie verdeutliche weiterhin, dass der Anreiz nicht groß genug ist, wenn wir ein geplantes Verhalten nicht durchhalten. Entweder ist für das neue Verhalten zu wenig Freude vorhanden oder zu viel Pein. Verhaltensforscher sprechen hier von einem „bipolaren Antriebssystem“ (KÖTHE, 2006, S. 19), das von den beiden Grundgefühlen Begehren und Angst gesteuert wird. Für jegliches Handeln müsse das Begehren oder die Sehnsucht, etwas zu bekommen oder zu erreichen, größer sein, als die Angst, die damit einhergeht.

KÖTHE stellt weiter heraus, dass wir uns stets in Form einer inneren Schmerz-Lust-Bilanzierung entscheiden, d. h. für das geringere Übel oder den größeren Lustgewinn. ROMAN HERZOG, als einer der von KÖTHE interviewten Persönlichkeiten, habe, obwohl ihm durch das Amt des Bundespräsidenten 100-Stunden-Wochen bewusst waren, nach der Maxime entschieden: „Wenn bei einer Idee oder einem Vorhaben die Chancen größer sind als die Risiken, dann muss man es auch tun!“ (in: KÖTHE, 2006, S. 21).

REINHOLD MESSNER beschrieb seinen Antrieb für die Bergsteigerei damit, dass er wie jede Person versucht habe, den Weg des geringsten emotiona-

len Widerstandes zu gehen. Ein ereignisarmes bürgerliches Leben als Lehrer, so habe er bereits im Studium erkannt, löste in ihm das Gefühl oder den Schmerz aus, dass er sein Leben versäumen würde (in: KÖTHE, 2006).

KARLHEINZ BÖHM hingegen fühlte sich nach Erreichen eines bestimmten emotionalen Schwellenwertes regelrecht gezwungen, aktiv zu werden: „Du musst was machen“ (BÖHM zitiert in: KÖTHE, 2006, S. 29). Er setzte sich mit 53 Jahren für die verhungerten Menschen in der Sahelzone ein und fand damit das Ziel und den Zweck seines Lebens.

Die Motivationspsychologie lehre uns, dass eine Sache über Zwänge und vernünftige Erwägungen hinaus wertvoll sein müsse, damit wir uns genügend für sie einsetzen. Denn die Gefühle seien die entscheidenden Kräfte hinter unseren Gedanken (KÖTHE, 2006). *Eine Vision könnte diese Wertigkeit haben.*

KÖTHE geht davon aus: „Wir scheuen das Risiko viel stärker, als dass wir das Glück suchen (KÖTHE, 2006, S. 35). Das führe weiter dazu, dass Menschen sich vor Kritik, vor Fehlern, Versagen oder Zurückweisung fürchten und deshalb lieber in ihrer Komfortzone verharren. Manche würden über die Ungerechtigkeit der Welt klagen und vieles erdulden, selbst wenn es sie unglücklich oder krank macht. Dieses Verhalten lasse sich einerseits mit unserem genetischen Überlebensmechanismus erklären, der da lautet: „Lieber einmal Angst zu viel und lebendig, statt einmal Angst zu wenig und tot“ (KÖTHE, ebd.).

Was kann folglich für Menschen so anziehend sein, dass sie sich über gewisse Ängste, Vernunftshandlungen etc. hinauswagen?

Nach dem, was KÖTHE in seiner Betrachtung der erfolgreichen Persönlichkeiten herausgefunden hat, waren es vorwiegend die Motive Anerkennung und Herausforderung, aus denen heraus diese Menschen gehandelt haben. Generell gebe es unterschiedliche Grundmotive: Anerkennung bekommen, Dazugehören wollen, Bedeutend sein oder Herausforderung suchen (vgl. KÖTHE, 2006, S. 72ff.), der sich dabei auf den Motivationspsychologen CO-

RELL bezieht. Können *Motive wie Anerkennung haben wollen und Herausforderungen suchen nach allem bisher Erarbeiteten wirklich einer Berufung zugeordnet werden? Vielleicht beruht diese kritische Frage aber auch auf der historisch geprägten Vorstellung von Berufung, die mit einer altruistischen, sich selbst aufopfernden Handlung verbunden wird, wie man sie z. B. bei einer MUTTER TERESA wieder findet.*

Festgehalten werden kann bis dato, dass Menschen aus unterschiedlichen Grundmotivationen heraus handeln und dafür unterschiedliche Kraftquellen für ihren Antrieb nutzen. Unabhängig davon rücke Angst und Schmerz bei ihrem Handeln in den Hintergrund und Lust, Glück, Sinn oder eine tiefe Erfüllung würden überwiegen und das eigene Handeln bestimmen, so KÖTHE.

Der amerikanische Psychologe und Philosoph MIHALY CSIKSZENTMIHALYI nimmt eine Differenzierung zweier Begriffe vor, denen man bei vertiefter Betrachtung eine Entsprechung im Kontext von Beruf und Berufung zuschreiben könnte. Er unterscheidet (vgl. KÖTHE, 2006, S. 57 ff):

- Autotelische Tätigkeit, als eine Aktivität, die sich selbst genügt und nicht durch äußere Einflüsse motiviert wird. *Aufgrund der bisherigen Auseinandersetzungen zum Thema entspräche dies einer Berufung.*
- Exotelische Handlungen werden hingegen aufgrund externer Anreize wie z. B. Geld ausgeübt. *Dies würde aufgrund der bisherigen Definition eher einem Beruf entsprechen.*

KÖTHE verdeutlicht CSIKSZENTMIHALYIS Unterscheidung mit dem Beispiel des Lehrerdaseins. Wer Kinder nur deshalb unterrichte, damit aus ihnen anständige Bürger werden, handelt nicht autotelisch. Wer jedoch lehre, weil er den Umgang mit Kindern genießt, handelt autotelisch.

CSIKSZENTMIHALYI (2004) verwendet in Bezug auf derartig motiviertes Handeln den Begriff „Flow“. Flow beschreibt „ein quasi schwereloses, in gewisser Weise müheloses und ungestörtes „Fließen“ einer Aktivität. Im Flow-Zustand geht der Handelnde vollständig und wie selbstvergessen unter Ausblendung störender äußerer Einflüsse in seiner Beschäftigung auf“ (KÖTHE, 2006, S. 56). Allerdings sei eine Voraussetzung für die Erreichung des Flow-Zustandes, eine Tätigkeit ausschließlich um ihrer selbst willen (autotelisch)

auszuführen und nicht wegen der Erwartung künftiger Nutzen oder Vorteile dadurch. *Festhalten lässt sich soweit, dass autotelisches Handeln in enger Verbindung mit einem erlebten Gefühl von Glück und von Genuss steht und weiterhin im beruflichen Kontext eher einer Berufung entspricht.*

Schon die Denker im alten Griechenland wie ARISTOTELES waren davon überzeugt, dass Glück die Folge einer Tätigkeit sei. Und wenn diese Tätigkeit dem entspricht, was man wirklich tun will, würden sich Erfolg und Geld von selbst einstellen (KÖTHE, 2006). Geld sei im Übrigen bei keinem der von ihm befragten Personen das primäre Motiv für das eigene Handeln gewesen; wohl Ruhm und Anerkennung oder bei Sportlern auch die Herausforderung, aber bei allen sei der tiefe Wunsch nach Erfüllung vorrangig gewesen.

An dieser Stelle erfolgt ein kurzer Exkurs zum Thema Genuss, da Genuss eine Nähe zu Glück und, wie zuvor angedeutet, damit auch zum Thema Berufung haben könnte. Darüber hinaus lässt sich möglicherweise ein weiterer Zugang zur Förderung von Visionen im Kontext von Beruf und Berufung finden. Weiterhin lassen sich Verbindungen zu den zuvor angeführten motivationspsychologischen Ansätzen erkennen.

*„Endlich Zeit für Genuss – wie Sie auch im Alltag jeden Tag ein Stückchen Urlaub leben können“. Mit diesem Motto entwickelte ich gemeinsam mit einer Kollegin vor einigen Jahren ein Genuss-Training. Die Idee war, die Sehnsucht nach mehr Zeit und Entspannung durch etwas zu realisieren, das Menschen mit Freude und einem hohen natürlichen Charakter von Begehren motiviert. Genuss strahlt ein so großes Begehren aus, dass Veränderungen gern und leichter stattfinden konnten. Selbst im Umgang mit Sucht – als dessen Gegenspieler Genuss bezeichnet werden kann – ist dies grundsätzlich möglich, wenn das Begehren nach Genuss größer ist, als das Verlangen nach Sucht. Die Rede ist von bewusst gelebtem Genuss, der Grenzen kennt und weiß, wann es Zeit ist aufzuhören und das dann auch kann. Diesen Punkt zu erkennen und dann Stopp zu sagen ist nicht einfach, denn die Grenzen vom Genuss zur Sucht können schnell zerfließen.*

Diese Abgrenzungsfrage wurde in der Diplomarbeit „Medizinische und psychologische Betrachtung von Genuss und Sucht“ verfolgt. Zur Übersicht hier die wesentlichen Unterscheidungskriterien, die Ärzte und Psychologen der ADULA-KLINIK (Fachklinik für psychosomatische und psychotherapeutische Medizin, Allgäu) in Interviews mit mir definiert haben (BLÄSING, 2005).

Merkmale von Genuss	Merkmale von Sucht
Genuss-Verhalten lebe ich, um alles zu erleben, mich zu erleben mit allen Gefühlen.	Suchtverhalten lebe ich, um bestimmte Gefühle nicht wahrzunehmen.
Genuss macht Sinn.	Sucht macht keinen Sinn.
Genuss schöpft aus der Fülle.	Sucht versucht, die Leere gierig zu füllen.
Im Genuss gibt es Steigerung.	In Sucht herrscht Stillstand und Rückschritt.
Genuss verursacht keine Reue.	Sucht bringt Reue mit sich.
Genuss reicht – kann auch ohne.	Sucht muss – will mehr u. mehr.
Genuss geschieht in der Freiheit.	Sucht geschieht in der Abhängigkeit.
Genuss bereichert, stärkt – macht langfristig satt.	Süchtiges Verhalten macht hungriger, schwächer.
Genuss hat mit wirklicher Befriedigung zu tun.	Sucht hat mit Oberflächlichkeit zu tun.
Genuss weiß, was gut tut.	Sucht glaubt, was gut tut.
Genuss ist, was wirklich gut tut.	Sucht ist, was wirklich schadet.
Genuss braucht keinen Kick.	Sucht sucht den Kick.
Genuss kennt das Maßhalten.	Sucht neigt zu Maßlosigkeit.
Genuss: Essen hat keinen zu hohen Wert.	Bei Ess-Sucht: Zu hoher Stellenwert.
Genussmittel: Bewusster Gebrauch.	Genussmittel: (bewusster) Missbrauch.
Genuss heißt: Ich hab's unter Kontrolle.	Sucht heißt: Es hat mich unter Kontrolle.



Um diesen Exkurs in den Kontext des Themas dieser Arbeit einzubetten, sei gesagt, dass die Förderung von Visionen mit ähnlichen Fähigkeiten bzw. Voraussetzungen (Achtsamkeit, sinnliche Wahrnehmung, Stille etc.) einhergeht, wie die Fähigkeit, Genuss als erfüllend erleben zu können. Dieses Erfülltsein von etwas, dass Genuss auf die oben beschriebene Weise mit sich bringt, taucht wiederum innerhalb der bisherigen Beschreibungen und Definitionen von Berufung auf. In der Berufung wird auch danach gestrebt, das zu tun, was große Lust bereitet, tiefer geht und nachhaltiger befriedigt. Allerdings kann Genuss keine dauerhafte Erfüllung zugeschrieben werden. Genuss könne man lediglich als „Glückssplitter“ bezeichnen, wie ich mich aus dem Interview mit dem damaligen Chefarzt der Klinik, Dr. GODEHARD STADTMÜLLER, erinnere. Dauerhaftes Glück könne man eher mit Seeligkeit beschreiben. Und ein Hauch Seeligkeit findet sich meines Erachtens auch in einer Berufung wieder. Folglich kann das Entwickeln der eigenen Genussfähigkeit einerseits Visionen begünstigen und andererseits im beruflichen Kontext wegweisend für eine Berufung sein.

### 3.4 VISIONEN UND WEITERE ANTRIEBSFAKTOREN ZUR BERUFUNG

Wie bereits kurz angedeutet wurde, beinhaltet die eher religiöse Definition von Berufung oft etwas Altruistisches, bei der ein Dienst für die Gemeinschaft im Vordergrund steht. Eine JEANNE D'ARC verkörpert dies zum Beispiel sehr plastisch. Aus der Betrachtung des Begriffes Vision ist ebenfalls die Erkenntnis entstanden, dass eine Vision einen kollektiven Nutzen hat und nicht nur dem persönlichen Glücksgefühl dient. Bei den Schilderungen von KÖTHE (2006) ließ sich speziell bei den Politikern auch eine solche Motivation erkennen. Ist diese Art der Berufung damit eine andere als z. B. die von einem Musiker oder Sportler? Haben Menschen, die im Sport oder in der Musik ihre Passion oder Berufung gefunden haben, auch eine Vision? Bei Sportlern kann es die Herausforderung beim Überschreiten der eigenen körperlichen und mentalen Grenzen sein oder die Freude am Erleben des zuvor beschriebenen „Flow-Zustandes“, der sie antreibt. Bei Künstlern ist es vielleicht eher die Freude am Kreieren und am Ausschöpfen der kreativen Fähigkeiten. So lässt sich nicht sagen, dass innerhalb einer Berufung im heuti-

gen Verständnis eine Vision vorhanden sein muss. Wesentlicher scheint der tiefe Sinn im eigenen Tun und die anhaltende Erfüllung zu sein, die eine Berufung ausmachen.

KÖTHE (2006, S. 93) bezieht sich auf eine Studie des Gallup-Instituts aus dem Jahr 2004, in der man herausgefunden hat, dass nur 12 % der deutschen Bevölkerung Spaß an ihrem Beruf haben und nur 5 % ihr volles Potenzial nutzen. Menschen ohne Arbeit seien in dieser Untersuchung nicht erwähnt. „Fast neun von zehn Deutschen“ würden lieber einen anderen Job machen (KÖTHE, 2006, S. 89). Je sinnvoller etwas für einen Menschen ist, also auch je mehr Spaß er an etwas hat, desto motivierter setzt er sich mit aller Kraft dafür ein. In der anfänglichen Auseinandersetzung mit dem Begriff Vision wurde bereits herausgestellt, dass eine Vision einen zutiefst sinnvollen Charakter hat. Doch es gibt noch weitere sinnbildende Motive für Menschen, die zu ihrer Berufung führen können. Zum einen kann das Vorherrschen eines bestimmten Defizits beim Menschen dazu führen, dieses verwandeln zu wollen.

JÜRGEN VON DER LIPPE sei einmal gefragt worden, inwiefern er seine Entertainer-Tätigkeit als Beruf empfinde. Aber schon der Begriff „Beruf“ werde der Sache nicht gerecht. „Berufung, obwohl es mir etwas zu religiös klingt, trifft es viel besser. Denn das, was ich mache, das bin ich. Ich sage auch ganz klar: Ohne diese Tätigkeit könnte ich nicht leben! Ich definiere mich über das, was ich tue. Ich weiß keine Alternative, die mich auf vergleichbare Art und Weise zufrieden stellen könnte!“ (VON DER LIPPE zitiert nach: KÖTHE, 2006, S. 105). *Ergänzend sei gesagt, dass JÜRGEN VON DER LIPPE nach eigenen Angaben sein Talent zur Komik entwickelt habe, um im Jugendalter „dazuzugehören“. Damit wurde er auf jede Fete eingeladen.*

Zum Aspekt des Defizits als Antriebsfaktor auf dem Weg Richtung Berufung bringt KÖTHE (ebd.) noch ein weiteres Fallbeispiel: Ein junger Mann, ANDREAS PRÖVE, hat den Beruf des Schreiners erlernt. Er merkt früh, dass ihn das keineswegs ausfüllt, doch arbeitet weiter in diesem Beruf. Nach einer ersten Indienreise hat er im Alter von 23 Jahren einen Motorradunfall und ist von da an querschnittsgelähmt. Statt mit seinem Schicksal zu hadern,

nimmt er drei Jahre nach diesem Unfall seinen Rollstuhl und beginnt die entlegendsten Ecken dieser Welt zu bereisen. Über diese Touren hält PRÖVE heute Vorträge und schreibt darüber. Sein Motiv sei neben der Lust am Abenteuer vor allem zu zeigen, wozu er als Querschnittsgelähmter in der Lage ist. Das größte Kompliment sei für ihn, wenn ein junger Mann bei seinen Vorträgen sagt: „Herr Pröve, was Sie da gemacht haben, das würde ich mir nicht zutrauen!“ (in: KÖTHE, 2006, S. 82).

PRÖVE ist nicht an seinem Schicksal verzagt, sondern sagt sogar selbstreflektiert darüber: „Rückblickend ist es gut so, wie es gekommen ist. Selbst wenn das nicht jeder versteht. Aber als Tischler konnte ich mir meine Reise-träume nie erfüllen. Entweder aus zeitlichen Gründen (zu wenig Urlaub) oder wenn ich gekündigt hätte, aus finanziellen Gründen nicht. Durch den Unfall besaß ich durch die Versicherung etwas Geld – und dazu sehr viel Zeit. Was ich jetzt nur noch brauchte, war der Mut, sie auch im angesprochenen Sinne zu nutzen“ (PRÖVE zitiert nach: KÖTHE, 2006, S. 112).

*ANDREAS PRÖVE scheint aufgrund seines „Defizits“ eine starke Vision gehabt zu haben, denn sein Mut oder seine Sehnsucht war größer als seine Angst. Letztlich hat er sich einen neuen Beruf geschaffen, ohne dies als primäres Ziel gehabt zu haben. Einen Beruf oder besser: seine Berufung, die entstanden ist, als er seinen Wünschen im Rahmen seiner Fähigkeiten gefolgt ist. Beachtlich ist sein Eingeständnis, dass er sich durch den Unfall einen Zustand erschaffen hat, der ihm Zeit und Geld dafür ermöglichte. In manchen Fällen müssen es offenbar auch Schicksalsschläge oder tiefe Krisen sein, die dann zu Wagnissen motivieren und zur Berufung führen.*

Langsam wird deutlich, dass Menschen aus unterschiedlichen Motivationen heraus ihre Berufung zu leben beginnen. Insgesamt kann meines Erachtens dennoch erst von Berufung gesprochen werden, wenn ein Beitrag für viele Menschen mit ins Spiel kommt, worin mich KÖTHE (2006) unterstützt. Die Qualität der Vision, die einen Menschen dann antreibe, sei auch eine andere. Sie enthalte einen starken Nutzen für die Gemeinschaft.

KÖTHE hat bei seiner Befragung der „prominenten Erfolgreichen“ Folgendes herausgefunden: „Früher oder später beziehen sich die Visionen und die Handlungen erfolgreicher Menschen nicht mehr allein auf sich, sondern auch stark auf die Auswirkungen dessen, was sie tun“ (KÖTHE, 2006, S. 132).

Die von KÖTHE befragte Professorin GERTRUD HÖHLER nannte als Antrieb eine Vision kollektiv wertvoller Natur. Sie verfolgte die Frage, wie in unserer Gesellschaft der einzelne, abhängig arbeitende Mensch stärker das Gefühl bekommen kann, Dinge selbst zu entscheiden. „Dieses Anliegen ist zu meiner Passion und meinem Lebensinhalt geworden. Dafür habe ich die sicheren Bahnen meiner Hochschulkarriere verlassen und zahlreiche Jobs in der Wirtschaft abgelehnt, mit denen ich sicher ein Vielfaches meines heutigen Einkommens erzielen könnte“ (HÖHLER zitiert in: KÖTHE, 2006, S. 133).

RÜDIGER NEHBURG berichtet über sich: „Meine Expeditionen waren lange Zeit nur von meiner ganz persönlichen Lust am Abenteuer getrieben. Das änderte sich aber schlagartig, als ich 1980 die letzten noch ursprünglich lebenden Yanomami-Indianer im Amazonas-Regenwald aufsuchte. Ich erlebte damals hautnah ihre brutale Vertreibung durch Goldsucher und die gewissenlose Ausbeutung der dortigen Bodenschätze, was mich völlig schockierte. Aber trotz schlimmster Erfahrung mit dem weißen Mann nahmen mich die Yanomami für Monate freundschaftlich auf. Mir war völlig klar: Ich muss dieses himmelschreiende Unrecht bekannt machen. Nur wie? Wie konnte ich wahrgenommen werden als kleiner Vorstadtbäcker?“ (NEHBURG zitiert in: KÖTHE, 2006, S. 134). *Genau an dieser Schwelle beginnt aus meiner Sicht im Fall von NEHBURG die Berufung. Hier taucht unbeabsichtigt eine Aufgabe mit tiefem Sinn auf – etwas, das noch kein Wie hat, aber schon ein Warum. An diesem Punkt kommt auch bei NEHBURG die Ausprägung größten Mutes (siehe auch Leitfigur JEANNE D´ARC) zum Tragen. Er drückt dies sehr klar aus: „Allein die Chance, den Kampf für die Indianer und ihre einzigartige Kultur zu unterstützen, wiegt die Möglichkeit auf, dabei eventuell ums Leben zu kommen“ (ebd).*

Zusammengefasst sei gesagt, dass es Menschen gibt, die mutig ihrer Vision folgen und damit im besten Falle in ihrer Berufung den Sinn ihres Daseins finden. Manche Menschen haben Schlüsselerlebnisse, die sie zu einem Sinneswandel bewegen. Andere beginnen mit der intensiven „Puzzle-Arbeit“ der eigenen Stärken und Fähigkeiten, die lange verschüttet gewesen sind und deren Potenzial erst bewusst gemacht werden muss.

Möglicherweise bedarf es vielfach Impulsen von außen, die Menschen an ihre Sehnsüchte führen und durch die Arbeit mit Visionen ihre bis dato ungeahnten Kräfte mobilisieren.

## 4. COACHING

### 4.1 ENTWICKLUNG DES COACHINGBEGRIFFS

Der Begriff „Coach“ lässt sich auf den Begriff Kutscher zurückführen und beschreibt denjenigen, der die Pferde lenkt und betreut. Die Wortbedeutung Coach wurde zuerst im Sport verwendet und dann auf Personen übertragen, die andere auf schwierige Situationen vorbereiten. Die Gecoachten werden als Coachees bezeichnet.

Coaching wurde anfangs (in den 1970er-Jahren) in den USA als zielgerichtete und entwicklungsorientierte Mitarbeiterführung durch Vorgesetzte praktiziert. Später wurde Coaching dort auf die karrierebezogene Betreuung von Nachwuchs-Führungskräften erweitert. In Deutschland hielt Coaching Mitte der 1980er-Jahre im Top-Management Einzug. Hier wurden firmenexterne Berater als Coaches eingesetzt. Die Themen seien hier u. a. Konflikte auf der Top-Ebene mit Kollegen, eigene Führungsprobleme, Strategiefragen, aber auch berufsrelevante Belange aus persönlichen Bereichen wie Eheprobleme oder die eigene soziale Wirkung auf andere gewesen (vgl. auch RAUEN, 2005). Im Coach hätten die oft einsamen Männer und Frauen an der Führungsspitze einen multifunktionalen Partner gehabt, der ihnen die fehlende Rückmeldung auf die eigenen Wahrnehmungs-, Verhaltens- und Kommunikationsmuster geben konnte. Nach und nach kam Coaching auch auf der mittleren und unteren Führungsebene zum Einsatz und wurde dort vielfach von den Personalentwicklern selbst durchgeführt. Anfang der 1990er-Jahre wurde Coaching zum Kernbegriff einer allgemeinen und vertieften psychologisch ausgerichteten Beratungsmethodik. Coaching wurde fortan breiter akzeptiert und es konnten Erfolge nachgewiesen werden. Dadurch wurde der Begriff leider auch zu einem inflationären „Container-Begriff“ (RAUEN, 2005 b), weil viele Anbieter Coaching in ihre Produktbezeichnung mit aufnahmen. Seit 2002 zeichnet sich eine vertiefte Professionalisierung u. a. durch Bilden von Verbänden, wie dem Deutschen Bundesverband Coaching e. V. (2004), ab.

Die weitere Auseinandersetzung mit dem Coaching-Begriff wird verdeutlichen, wie facettenreich bis heute ist, was genau unter Coaching zu verstehen ist. Im Kern wird Coaching als spezielle Form oder Methode der personenbezogenen Beratung verstanden. „Coaching ist die individuelle Beratung von einzelnen Personen oder Gruppen in auf die Arbeitswelt bezogenen, fachlich-sachlichen und/oder psychologisch-soziodynamischen Fragen bzw. Problemen durch den Coach“ (WAHREN, 1997, S. 9).

OFFERMANN (2004, S. 65) definiert Coaching wie folgt: „Coaching ist eine freiwillige, zeitlich begrenzte, methodengeleitete individuelle Beratung, die den oder die Beratene(n) darin unterstützt, berufliche Ziele zu erreichen“.

Wenn im Kern berufliche Fragen und Probleme sowie Beratung stehen, lohnt eine weitere Betrachtung dieser beiden Begriffe. OFFERMANN (2004) zieht hierzu eine Definition von HÄCKER & STAPF aus dem Dorsch-Psychologie-Lexikon heran. Beratung wird darin als „ein vom Berater nach methodischen Gesichtspunkten gestalteter Problemlöseprozess“ verstanden, „durch den die Eigenbemühungen des Ratsuchenden unterstützt/optimiert bzw. seine Kompetenzen zur Bewältigung der anstehenden Aufgabe/des Problems verbessert werden“ (HÄCKER & STAPF, 2004, S. 122).

Damit Coaching als populärer Containerbegriff nicht „für alles und jedes“ (BÖNING & FRITSCHLE, 2005, S. 30), insbesondere als moderner Ersatzbegriff für jede Art Beratung verwendet werden kann, seien weitere Spezifikationen erforderlich. In den meisten Definitionen würden spezielle Zielgruppen oder bestimmte Probleme und Ziele für Coaching aufgeführt und andere ausgegrenzt. Es erscheine allerdings nicht sinnvoll, Coaching nur für bestimmte Zielgruppen zu reservieren wie z. B. für Personen mit Führungsfunktion. „Life-Coaching“ ist in den USA und Großbritannien dabei, sich als eine Art Lebensberatung zur Verbesserung der persönlichen Effektivität für Jedermann zu etablieren (NEENAN & DREYDEN, 2003).

Während in älteren Definitionen Coaching oft nur auf berufliche Ziele eingegrenzt wurde, nimmt RAUEN (2003) auch private Ziele ausdrücklich mit auf.

Als Negativ-Abgrenzung wird Coaching ausdrücklich von Psychotherapie unterschieden. Psychotherapie ist eine Behandlung psychischer Störungen mit Krankheitswert, wie sie durch den stets aktualisierten Diagnoseschlüssel ICD-10 der WHO (world health organisation = Weltgesundheitsorganisation) definiert werden. Ein Coach muss demnach in der Lage sein, diese zu erkennen und damit auch seine Grenzen. Umgekehrt gilt dies auch für Psychotherapeuten, gerade wenn es um berufliche Themen geht. *Auch sie sollten ihre fachlichen Grenzen dort akzeptieren.* Eine vertiefende Abgrenzung von Coaching und Psychotherapie erfolgt im nächsten Punkt.

RAUEN (2004) sieht nicht nur den beratenden Aspekt im Coaching, sondern auch eine systematische Förderung der Selbstreflexion. Coaching zielt immer auf eine (auch präventive) Förderung von Selbstreflexion und -wahrnehmung, Bewusstsein und Verantwortung ab, um so Hilfe zur Selbsthilfe zu geben.

BÖNING und FRITSCHLE (2005) beziehen sich auf die Definition des DBVC, wonach die Förderung der Selbstreflexion ein grundsätzliches Merkmal des professionellen Coachings darstelle. Die Förderung der Selbstreflexion scheine allerdings eine nicht ganz einfache Aufgabe. Das Selbstkonzept einer Person werde definiert als Gesamtheit aller subjektiv wichtigen Vorstellungen, die eine Person von sich als reale oder ideale Person habe, so GREIF (2005). Es umfasse alle als charakteristisch und subjektiv als wichtig eingeschätzten Ziele, Bedürfnisse, Merkmale und Entwicklungspotenziale sowie Regeln und Standards, an denen sich die Person orientiert oder anstrebt zu orientieren. Nach Betrachtung der vorliegenden Ansätze, könne der Coaching-Begriff soweit als eine intensive und systematische Förderung der Reflexionen und Selbstreflexionen bezeichnet werden. Coaching umfasse auch die Beratung von Personen oder Gruppen zur Verbesserung der Erreichung von Zielen oder zur bewussten Selbstveränderung und Selbstentwicklung (GREIF, 2005).



Die ausführliche Definition des DBVC (2004) für Coaching lautet:

„Coaching ist die professionelle Beratung, Begleitung und Unterstützung von Personen mit Führungs-/Steuerungsfunktionen und von Experten in Unternehmen/Organisationen. Zielsetzung von Coaching ist die Weiterentwicklung von individuellen oder kollektiven Lern- und Leistungsprozessen bzgl. primär beruflicher Anliegen. Als ergebnis- und lösungsorientierte Beratungsform dient Coaching der Steigerung und dem Erhalt der Leistungsfähigkeit. Als ein auf individuelle Bedürfnisse abgestimmter Beratungsprozess unterstützt ein Coach bei der Verbesserung der beruflichen Situation und dem Gestalten von Rollen unter anspruchsvollen Bedingungen. Durch die Optimierung der menschlichen Potenziale soll die wertschöpfende und zukunftsgerichtete Entwicklung des Unternehmens/der Organisation gefördert werden. Inhaltlich ist Coaching eine Kombination aus individueller Unterstützung zur Bewältigung verschiedener Anliegen und persönlicher Beratung. In einer solchen Beratung wird der Klient angeregt, eigene Lösungen zu entwickeln. Der Coach ermöglicht das Erkennen von Problemursachen und dient daher zur Identifikation und Lösung der zum Problem führenden Prozesse. Der Klient lernt so im Idealfall, seine Probleme eigenständig zu lösen, sein Verhalten/seine Einstellungen weiterzuentwickeln und effektive Ergebnisse zu erreichen. Ein grundsätzliches Merkmal des professionellen Coachings ist die Förderung der Selbstreflexion und -wahrnehmung und die selbstgesteuerte Erweiterung bzw. Verbesserung der Möglichkeiten des Klienten bezüglich Wahrnehmung, Erleben und Verhalten“.

## 4.2 ABGRENZUNG ANDERER METHODEN & PSYCHOTHERAPIE

Coaching hat modelltheoretisch eine Nähe zu Supervision. Im Coaching wird ein breites Methodenspektrum aus unterschiedlichen (psycho-) therapeutischen und pädagogischen Methoden eingesetzt, ohne dass Coaching zur Therapie wird (Rauen, 2003). Grundsätzlich ergebe sich dadurch eine Kombination existierender Modelle, mit denen im Coaching gearbeitet wird.

Danach existiert Coaching nicht als klar umrissene Methode, sondern als Kombinationen und Schnittmengen z. B. aus non-direktiver Gesprächsführung, analytischen Techniken, Dialog mit Rollentausch, Elementen des NLP (Neuro-Linguistisches Programmieren), der systemischen Therapie und anderen. Die Ausgestaltung eines Coachings ist weiter abhängig von den Qualifikationen, die ein Coach mitbringt. Bislang gibt es keine anerkannte und geschützte Weiterbildung oder Berufsbezeichnung als Coach. Eine kurze Beschreibung der und Abgrenzung zu nahen Methoden ist sinnvoll. Bei diesen Methoden kann es Überschneidungen zu Coaching geben (KAWEH, 2005).

Supervision leitet zur Reflexion der berufsbezogenen Handlungen an und kann entweder zur Einführung in den Beruf oder zur Begleitung während der Berufstätigkeit stattfinden. Historisch fand Supervision zunächst in Bereichen der Sozialen Arbeit und der Psychotherapie statt, hat sich aber mittlerweile auch auf das Gesundheitswesen, Pädagogik, in Verwaltungssystemen und zunehmend auch in der Wirtschaft ausgeweitet.

Training beschreibt ein themenbezogenes Lernen. Der Lernende hat Interesse an einem bestimmten Thema oder bestimmten Fertigkeiten, aber er hat kein spezifisches Problem oder Anliegen, das es im Rahmen eines Coachings zu bearbeiten gibt. Ein Training findet in der Regel mit mehreren Personen statt, Coaching hingegen oft in Einzelsettings.

Moderation ist die Leitung einer Gruppe in einem definierten Kontext. Der Moderator ist für den Rahmen und das Gelingen der Moderationssitzung verantwortlich, bereitet diese vor und sorgt für die notwendigen Materialien diesbezüglich.

Mediation wird in erster Linie zur Konfliktklärung eingesetzt, bei der ein neutraler Dritter die Konfliktparteien zu einer einvernehmlichen (Win-Win-) Lösung leitet bzw. die Parteien dahingehend unterstützt.

Über die Grenzen und Übergänge von Coaching und Psychotherapie gibt es eine neuere qualitative Interviewstudie (GRIMMER/NEUKOM, 2009). Sie beschäftigt sich damit, wie in der Vorstellung des beauftragten Klientels in der Arbeitswelt Coaching und Psychotherapie zusammenhängen und wie sie sich voneinander abgrenzen. Danach seien die am häufigsten genannten Anlässe für Coaching und Inhalte von Coaching-Sitzungen an sich therapierelevante Themen wie Sucht, Ängste und Burnout.

*In der Arbeitswelt und besonders unter Führungskräften und Personen mit hohem Leistungsniveau und -anspruch, wird Psychotherapie noch immer mit Zurückhaltung begegnet. Es ist für viele noch ein Tabu-Thema, dem sie oft mit großer Scham gegenüber stehen. Vor diesem Hintergrund scheint es leichter, sich in ein Coaching zu begeben, selbst wenn eigentlich Therapie ratsam wäre. Damit hat ein Coach eine besonders hohe Verantwortung, die Grenzen zwischen Coaching und notwendiger Psychotherapie zu erkennen.*

Durch die Selbstreflexion im Coaching geschieht ein Wahrnehmen von bis dato eher unbewussten Aspekten. Der Coachee kann folglich ungewohnt und neuartig auf sein Umfeld oder seine Mitmenschen reagieren (z. B. besonders kritisch, hinterfragend, aber auch besonders wertschätzend), was zunächst Irritationen hervorrufen kann. Weiter können Themen, die gestern noch ein Problem waren, heute eine Herausforderung sein. Menschen, mit denen eine Art Gleichgesinnung bestand, können plötzlich unflexibel erscheinen. Für diese Veränderungen erfordert es gedanklichen oder emotionalen Freiraum, weshalb der Klient in einem guten, stabilen Zustand sein sollte. Deshalb rät WREDE (in: RAUEN, 2005) von Coaching ab, wenn man sich in einer belastenden Ausnahmesituation befindet, wie z. B. akutem Trennungsschmerz; ebenso wenn man sich im ersten Jahr einer Psychotherapie befinde, sich in einem Burnout oder im Entwicklungsstadium eines

Burnouts befindet sowie unter Erkrankungen wie Diabetes, Herzrhythmusstörungen oder chronischen Schmerzen leide.

*Gerade die weiter oben genannten Anlässe für Coaching beinhalten diese Krisenzustände oder gesundheitlichen Beeinträchtigungen, was zeigt, dass Theorie und Praxis nicht immer konform gehen. Menschen, die seit längerer Zeit arbeitslos sind und deren Grundstabilität meist stark angegriffen ist, haben oft ähnliche Thematiken wie die gerade angeführten, die zu einer Arbeitslosigkeit hinzukommen. Generell sollte man hinterfragen, ob zum Coaching dann nicht parallel auch therapeutisch gearbeitet werden muss. Die Selbsteinschätzung des Coaching-Interessenten erachte ich hierbei als relevant. Wenn ein Klient offen für ein Coaching ist und damit seine inneren Ressourcen bejaht, warum sollte dann ein Coaching nicht befürwortet werden können? Selbst Personen, die sich bereits parallel in Psychotherapie befinden oder die z. B. durch Anraten des Coaches damit beginnen, können aus meiner Praxiserfahrung heraus sehr gut ein Coaching durchlaufen. Ich erachte dies sogar für förderlich. Denn genau wie der Coach hat der Therapeut seine fachlichen Grenzen. Im Coaching zur beruflichen Zielfindung sind aus meiner Sicht die Grenzen dort zu ziehen, wo es sich um komplexe Thematiken wie familiäre Verstrickungen und Abhängigkeiten, Traumata in der Kindheit oder ähnliches handelt, die zum jetzigen Zeitpunkt so gravierend im Vordergrund stehen, dass sie eine erfolgreiche und dauerhafte Arbeitsaufnahme verhindern.*

„Die Grenze zur therapeutischen Arbeit liegt insbesondere im Umgang mit Emotionen und biografischen Themen des Coachees“ (PREUß/WEBER, 2006, S. 132). Der Klient habe im Coaching sicher Prägungen und biografische Erfahrungen, die ein Coaching nicht immer leicht machen. Für den Coach bedeute das aber nicht automatisch, dass er mit ihm daran arbeiten muss. Durch bestimmte Interventionen und Methoden könne der Coach einen biografischen oder stark emotionalen Bereich beim Coachee berühren. Als potenzialorientiertes Coaching gelte es zunächst, das Förderliche im Charakter zu stärken und dem Hinderlichen den schädigenden Einfluss zu nehmen. Die Grenze könne damit nicht in der Wirkung, sondern in der Absicht des Coaches gesetzt werden. Sie wird reaktiv erkannt, kann aber nicht immer präventiv vermieden werden (PREUß/WEBER, 2006).

Es gebe zwei Möglichkeiten, wenn eine solche Wirkung unbeabsichtigt eintritt: Ein Coach mit therapeutischer Kompetenz könne dem Coachee einen neuen Kontrakt zur Bearbeitung anbieten. Ein Coach ohne therapeutische Kompetenz müsse den Coachee in den aktuellen Kontext zurückführen. Er könne jedoch das Thema benennen und eine Empfehlung zur therapeutischen Bearbeitung aussprechen. Schließlich gehöre auch nicht jede Art von Emotion in den therapeutischen Kontext. Gehört die Emotion zu der aktuellen Situation, könne sie durchaus im Coaching bearbeitet werden. In vielen Situationen würden Emotionen verstärkt durch ältere, nicht aufgearbeitete Erfahrungen. Der Teil, der Verstärkung ist, gehöre in den therapeutischen Kontext. Der aktuelle Anteil sei coachingfähig. Ziel des Umgangs mit Emotionen im Coaching sei, den Coachee mit der Kraft seiner Emotion in Kontakt zu bringen und diese für die Lösung in einer adäquaten Form zu kanalisieren (ebd.). Hierzu ein Beispiel im Hinblick auf Angst als Emotion: Angst werde selten direkt angesprochen. Wenn sie aber vom Coachee (vom Klienten) angesprochen wird, gehe es häufig um die Angst vor fantasierten Ereignissen und auf Erfahrung begründeter Hochrechnung. FRITZ PEARLS (1999) prägte in der Gestalttherapie hierzu den Begriff „Gratisangst“, welche die Kluft zwischen dem Jetzt und dem Dann beschreibt. Im Coaching gehe es folglich darum, Handlungsfähigkeit und Handlungsmöglichkeiten für das Jetzt und das Dann zu erarbeiten (PREUß/WEBER, 2006).

#### 4.3 WIRKUNG, WIRKSAMKEIT UND WIRKFAKTOREN

Für das Messen der Wirksamkeit bedarf es zuvor der Festlegung von Kriterien, an denen der Erfolg gemessen wird. In der Therapieforschung werde ein Erfolg dadurch charakterisiert, dass eine Form des Lernens beim Patienten stattgefunden hat. Sei es durch Veränderungen psychischer Grundfunktionen, komplexer Funktionsmuster oder Veränderungen von interpersonellen Beziehungsmustern (vgl. PERREZ in: PERREZ & BAUMANN (Hrsg.), 1991, S. 99-116).

HEß & ROTH (2001) empfehlen ähnlich wie bei der Erfassung eines Therapieerfolges das Einbeziehen mehrerer Ebenen und zwar die emotionale, kognitive und verhaltensbezogene sowie interpersonelle Ebene. Weiterhin sei die Dauerhaftigkeit der Veränderung ein wichtiger Aspekt bei der Messung der Wirksamkeit von Coaching. Eine zentrale Rolle spiele jedoch die Zielerreichung, wie die Autoren herausstellen.

Ebenso von Bedeutung ist die wertschätzende Haltung gegenüber dem Klienten, die als eine Grundvoraussetzung für erfolgreiches Coaching bezeichnet werden kann. Erst wenn sich diese Haltung auf den Klienten übertrage, scheine er sich für die Selbstexploration öffnen zu können (RAUEN, 2005 b). Folgende Faktoren sind ebenfalls für die Wirkung des Coachings von Bedeutung (vgl. KILBURG, 2001):

- *Vertrag* (formal und psychologisch): Spielregeln, Vorannahmen, Bedürfnisse, Grenzen und Tabuzonen der Beteiligten werden aufgenommen.
- *Commitment* seitens des Klienten und des Coaches: Dies wird durch vorhandene Selbstbewusstheit, Neugierde, die Fähigkeit und den Willen dazuzulernen und ausreichende Kommunikationsfähigkeit ausgedrückt.
- *Beziehung* zwischen Klient und Coach: Sie ist geprägt durch Vertrauen und Respekt.
- *Struktur* des Coachinginhaltes: Es werden klare Vereinbarungen getroffen und spezifische Ziele formuliert.
- *Qualität der Interventionen*: Diese sind notwendig, ausreichend und sorgfältig überlegt.

Der Erfolg eines Coachings lasse sich generell dadurch bestimmen, dass sich die Problemsicht verändert, ein Zugewinn an Lösungspotenzial für das

Problem entstehe und es einen Lerneffekt gibt, der darüber hinaus gehe (LOOSS in: FATZER (Hrsg.), 1999). Aus diesem Grund sei es hinsichtlich der Wirksamkeit von Coaching notwendig, die intendierten und nicht-intendierten sowie die erwünschten und unerwünschten Wirkungen zu betrachten, die auf das Coaching zurückzuführen sind.

KÜNZLI (2005) hat in einer vergleichenden Zusammenfassung von 22 empirischen Forschungsarbeiten unabhängig von der gewählten Methodik u. a. herausgefunden, dass Coaching zu einem Perspektivenwechsel, einer erhöhten Selbstreflexionsfähigkeit, emotionaler Entlastung, Stressabbau, einem besseren Beziehungsverhalten und effektiverem Handeln geführt hat.

Erste neuropsychologische Theorien und Untersuchungen haben gezeigt, dass die schwer fassbaren Vorstellungen zum Selbst im so genannten Extensionsgedächtnis eingeprägt werden (KUHL, 2001). KUHL geht davon aus, dass sich Selbstrepräsentation im assoziativ organisierten Gedächtnissystem für intuitive Erfahrungen bilde – eben jenem Extensionsgedächtnis. Für eine Aktualisierung ist nach seiner Auffassung ein positiver Affekt förderlich, wohingegen starke negative Affekte wie Ärger oder Angst diese eher hemmen oder gar blockieren. Weiterhin beruhe das Extensionsgedächtnis auf beiläufig erworbenen Erfahrungen, die auch als impliziertes Wissen bezeichnet werden und dieses Wissen sei schwer verbalisierbar (ebd.). *Das erklärt auch, weshalb Coaching-Instrumente (vgl. Coaching-Tools, RAUEN, 2005 a) einen hohen kreativen Anteil haben und weshalb Prozesse zur Selbstfindung durch Erfahrungen leichter geschehen. Auch Fragen, die den Klienten zum Nachdenken oder Beschreiben seiner Gefühle anregen, sind in diesem Kontext als ein wichtiges und wirkungsvolles Coaching-Werkzeug zu nennen, weshalb im nächsten Punkt hierauf genauer eingegangen wird.*

## 4.4 INSTRUMENTE IM COACHING ZUR BERUFLICHEN ZIELFINDUNG

Coaching strebt eine Verhaltensveränderung an, die in den Denkstrukturen von Menschen stattfindet. Ein wichtiges Ziel ist dabei, zu reflektieren oder eingefahrene Denkstrukturen zu verlassen, wie zuvor erörtert wurde. Coaching funktioniert damit über die Einsicht desjenigen, der sein Verhalten verändern will. Hierzu werden die eigenen Ressourcen aktiviert, um daraus Lösungen zu entwickeln. Generell wird eine lösungsorientierte Ausrichtung gefördert, um von problemorientiertem Denken weg zu kommen. Zwei wesentliche Instrumente in der beruflichen Zielfindungsarbeit sind ausgewählte Fragetechniken und die systematische Arbeit mit Zielen.

### 4.4.1 Ausgewählte Fragetechniken

Fragen können vom Coach so gestellt werden, dass sie bereits eine bestimmte Aussage implizieren und dadurch dazu führen können, auf subtile Weise die gewohnte Art, wie Dinge gesehen werden, potenziell zu zerstören. Da es sich aber um eine Frage handelt und nicht um eine Aussage, hat dies mehr den Charakter eines Angebotes, auf das der Gefragte eingehen kann oder nicht. Fragen ist weniger direkt, aber nicht weniger wirkungsvoll als eine Aussage.

Ein wesentliches Element sind daher meines Erachtens eindringliche Fragen, die den Coachee dazu bewegen, selbst die für ihn passende Lösung zu finden. Fast hartnäckig fragt der Coach, bis der Coachee über das Thema selbst nachdenkt. Dieses intensive Reflektieren führt oft zusätzlich zu völlig neuen Perspektiven. So kann der Coach immer wieder Kontrollfragen stellen, ob es auch wirklich so gemeint war, wodurch sich die neue Perspektive verfestigt. Bei Blockaden kann der Coach so fragen, als ob das Problem nicht bestünde – damit bleibt für den Klienten nur das Detailproblem zu lösen, nicht die ganze Aufgabe. Eine Königsfrage im Coaching könnte sein: Was müssen Sie dafür tun, damit es geht? *(Der Coachee weiß meist ganz genau, was er tun muss, damit es geht. Er möchte es nur nicht tun, weil es*



unangenehm für ihn ist). Damit bringt Coaching den Klienten dazu, sich zu entscheiden.

So genannte „Möglichkeitenkonstruktionen“ sind eine Form des Fragens, die bisher noch nicht verwirklichte Möglichkeiten durchspielen. Hier greift das „Hypothesisieren“. Man unterscheidet zwischen lösungsorientierten (Verbesserungen) und problemorientierten (Verschlimmerungen) Fragen bzw. einer Kombination aus beidem. Solche Fragen mögen zwar sehr provozierend klingen, sie zeigen aber auch, wie viel Kraft in dem Einzelnen steckt und dass es tatsächlich Möglichkeiten gibt, etwas zu verändern, wenn er will. Diese Art zu Fragen hat auch etwas Durchschauendes. Es wird impliziert – allerdings wieder vorsichtig als Hypothese formuliert –, dass das Problem für den Einzelnen eine bestimmte Funktion hat, die auch mit einem Nutzen verbunden ist und u. U. einem Verlust, falls das Problem verschwindet (vgl. SCHLIPPE/SCHWEITZER, 1999, S. 137 bis 147).

Zur Verdeutlichung folgen exemplarisch einige Fragetechniken/-arten aus dem Bereich der systemischen Beratung und Therapie, wie sie in der praktischen Arbeit im Coaching zu Einsatz kommen können:

- *Hypothetische Frage:* „Wenn Sie das Ganze als Spiel sehen würden, welcher Titel würde dazu passen?“
- *Zirkuläre Frage:* „Was würde XY über Ihr verändertes Verhalten denken?“
- *Provokative Frage:* „Was würden Sie tun, um Ihr eigenes Scheitern zu garantieren?“
- *Verschlimmerungsfrage:* „Wie könnten Sie sich so richtig unglücklich machen?“
- *Wunderfrage:* „Falls ein Wunder geschieht und das Problem weg ist, was würden Sie tun?“ oder: „Wenn eine Fee erscheint und Ihnen drei Wünsche erfüllt, welche wären das?“
- *Ressourcenorientierte Frage:* „Was bräuchten Sie, um mehr davon haben zu können/machen zu können?“
- *Maßnahmen-Frage:* „Wer könnte Sie dabei unterstützen?“

#### 4.4.2 Konkrete Zielformulierung

Die Arbeit mit Zielen hat im Coaching generell eine besondere Bedeutung. Ziele können dazu beitragen, die im Coaching-Prozess gemachten Erfahrungen und Erkenntnisse nachhaltig in die Alltagsarbeit und das Leben zu integrieren. Dies geschieht zum Beispiel durch das Festlegen von Vorhaben oder Schritten, welche der Klient in den nächsten Wochen, Monaten oder Jahren in seiner persönlichen Entwicklung umsetzen wird. So kann die Formulierung von Zielen über das Coaching hinaus zur Strukturierung von Lebensentwürfen verstanden werden.

Folgende Kriterien sind als so genannte „Wohlgeformtheitskriterien“ bei der Zielformulierung hilfreich (KNIERIM in: RAUEN (Hrsg.), 2005 b, S. 455 ff):

- *Positive und wohlgeformte Sprache* (damit Anreiz zur Erreichung besteht)
- *In der Gegenwart* (damit Zielzustand schon ein Stück Realität im Jetzt ist)
- *Messbare Kriterien* (damit es z. B. bei Terminen, Anzahl etc. konkreter ist)
- *Überprüfbare Ergebnisse* (damit Fortschritte und Erreichung sichtbar sind)
- *Alles möglichst konkret beschreiben* (damit es kein diffuser Wunsch bleibt)
- *Vorhaben schrittweise beschreiben* (damit ein Scheitern verhindert wird)
- *Steuerbar durch die Person, die die Ziele festlegt* (dadurch Freiwilligkeit)
- *Nicht über- und nicht unterfordern* (damit Zielerreichung machbar wird)

Diese Wohlgeformtheitskriterien nach KNIERIM (ebd.) können in Bezug auf die Formulierung lösungsorientierter Fragen beispielhaft wie folgt aussehen:

Wohlgeformtheitskriterium	Formulierung des Klienten
Spaß und Freude	„Ich will Grenzen setzen.“
Herausforderung	„Ich gehe 1x pro Woche im Park joggen.“
Selbststeuerbar	„Ich will, dass meine Mitarbeiter mit mir regelmäßig über Probleme sprechen.“
Positiv	„Ich möchte weniger Angst haben.“
In der Gegenwart	„Ich werde im nächsten Jahr in einem großen Haus wohnen.“
Ökologisch/Gewinn für alle	„Im nächsten Februar habe ich zwei und mehr neue Produkte marktreif entwickelt“.
Messbar und überprüfbar	„Ich will feinfühlicher mit meiner Familie umgehen.“
Neue Wahlmöglichkeiten	„Ich bin Moderator der Talk-Show bei SAT 1.“

Zwischen den Sitzungen experimentiert der Klient mit seinen Zielen. Er kontrolliert sich selbst, z. B. in einem wöchentlichen Coaching-Bericht, den er sinnvollerweise dem Coach zukommen lässt. Dieser könne dann ein konstruktives Feedback zu den Erfolgen und weiteren Vorhaben geben und so unterstützen, den Prozess zu optimieren (KNIERIM in: RAUEN (Hrsg.), 2005 b, S. 455 ff). Ein Bericht könnte folgende Elemente beinhalten:

- Anerkennung – Dafür erkenne ich mich in der letzten Woche an
- Wie viel % meiner Vorhaben habe ich erreicht? Welche? Ggf: was kann ich tun, um nächstes Mal noch mehr zu erreichen?
- Ergebnisse – auch die, die nicht geplant waren
- Was habe ich gelernt?
- Meine Vorhaben: Welche? Bis wann?

Dies war nur eine exemplarische Schilderung von Instrumenten im Coaching zur beruflichen Zielfindung. Je nach Ausbildung des Coaches und Anliegen des Klienten können auch ganz andere Instrumente zum Einsatz kommen.

#### 4.5 BEGRÜNDUNG DER ZUGÄNGE FÜR VISIONSARBEIT IM COACHING

Die Anliegen für Coaching können vielfältig sein, wie bereits deutlich geworden ist. Neben der Verbesserung der Management-, Kommunikations- und Führungskompetenz gibt es auch Anlässe wie: die Überprüfung der Lebens- und Karriereplanung, das Auflösen von Motivations- und Kreativitätsblockaden, den Umgang mit persönlichen (Sinn-)Krisen, die Vorbereitung auf neue Aufgaben oder Wendepunkte in der beruflichen Laufbahn.

Coaching hat oft eine strategische Ausrichtung und will auf bestimmtes Verhalten vorbereiten oder z. B. systemische Zusammenhänge bearbeiten. Dafür sind die zuvor angeführten methodischen Zugänge – wie u. a. die Arbeit mit Fragen und Zielen – sehr sinnvoll. Ziele unterscheiden sich jedoch wesentlich von Visionen, wie in Kapitel 2 bereits herausgestellt wurde. Um Visionen fördern zu können, erscheint daher das offene Zulassen des Lernens und Reflektierens wirkungsvoller zu sein.

Vor dem Hintergrund des Themas dieser Arbeit könnten z. B. sehr karriereorientierte Personen irgendwann feststellen, dass das Befriedigungsgefühl oder ein Erfülltsein sich nicht so zeigt, wie sie geglaubt haben. Ziel eines solchen Coachings wäre dann, mit den eigenen Bedürfnissen wieder stärker in Kontakt zu kommen, damit die Klienten herausfinden können, wonach sie sich eigentlich sehnen. Die eigenen Bedürfnisse und Werte sind vorrangig auf unbewusster Ebene gespeichert. Deshalb erfordert es einen vertrauensvollen Rahmen, eine gute Beziehung zum Coach, Vertrauen in sich selbst, viel Zeit und Offenheit, um Zugang zu diesen Bedürfnissen zu bekommen. Oft können die Bedürfnisse – wie zuvor schon erwähnt – nicht sprachlich artikuliert werden (weil noch unbewusst). Deshalb bietet sich der Zugang über kreative und erlebnisorientierte Methoden und Techniken an.

Weiter bedarf es unterschiedlicher Bearbeitungsebenen und -tiefen. Wenn es um die Erweiterung des Verhaltensrepertoires geht, ist ein strategisches bzw. operatives Coaching sinnvoll (z. B. Vorbereitung auf ein Vorstellungsgespräch). Ein eher psychologisches Coaching ist angebracht, wenn die Ursache für das Anliegen auf der Ebene der Wahrnehmungs- und Beurteilungstendenzen liegt (z. B. Konflikte mit Kollegen) oder auf der Trieb- und

Affektebene (z. B. Triebkonflikte). Ist jedoch die Ebene der Bedürfnisse und Werte vorrangig (z. B. die oben angedeutete Sinn-Krise bei karriereorientierten Personen), kann das Coaching durchaus philosophische Ansätze beinhalten.

Dazu arbeitet man u. a. mit Methoden, die Kreativität erfordern (beispielsweise die Arbeit mit Bildern oder Symbolen), Methoden, die einen Perspektivenwechsel initiieren (z. B. Rollenspiele oder auch die Arbeit draußen in der Natur), Methoden, die mit der Wahrnehmung von Körpersignalen und Gefühlen verbunden sind (zum Beispiel Achtsamkeitsübungen) oder Methoden, die den Blick erweitern (zum Beispiel systemische Fragen).

*Diese Zugänge haben visionsfördernden Charakter, wie bereits in Kapitel 2 aufgezeigt wurde und später im empirischen Teil noch deutlich wird.*

Es kann grundsätzlich festgehalten werden, dass ein Ergebnis im Coaching umso wertvoller erlebt wird, wenn die Klienten ihre eigene Lösung finden. Weiterhin kann nach allem bis dato Erörterten davon ausgegangen werden, dass ein Coaching-Erfolg umso wahrscheinlicher ist, je mehr sich der Klient auf eine selbstaktivierende Lernsituation einlässt. Auf diese Weise bekommt er Zugang zu bisher kaum genutzten oder brachliegenden Ressourcen, die für die Lösung seines Anliegens relevant sind. Dieser Ansatz wird auch in dem Seminarkonzept Visions-Coaching Allgäu verfolgt.

## 5. VISIONS-COACHING ALLGÄU

Das Visions-Coaching Allgäu ist ein Seminarkonzept. Es ist mit dem Ziel entstanden, die klassische Coaching-Arbeit drinnen, um das Coaching draußen – speziell für die Förderung von Visionen und die Begleitung auf dem Weg vom Beruf zur Berufung – zu erweitern. Das Allgäu bot sich als Natur-Refugium für diese Arbeit besonders an.

Die Natur bzw. die Wirkung der Natur speziell zur Visions-Förderung zu nutzen macht Sinn, wie die nachfolgenden Schilderungen zeigen werden. Auch das Wandern – im Sinne von Pilgern – hat eine alte religions- und kulturübergreifende (visionsfördernde) Tradition.

Das wesentliche Merkmal dieses Seminarangebotes ist, dass es überwiegend draußen in der Natur stattfindet. Dennoch handelt es sich dabei nicht um ein Outdoor-Training, sondern um eine Art „Auszeit-Workshop“. Der Hauptfokus liegt auf dem Schwerpunkt der beruflichen Zielfindung und Veränderung. Zielgruppe sind Menschen, die an einem beruflichen und damit oft auch persönlichen Wendepunkt stehen. Der Ansatz, Coaching mit dem Fluss des Gehens und dem intensiven Sein in der Natur zu verbinden, ermöglicht, dass unterschiedliche Ebenen (u. a. die körperliche, emotionale, mentale und spirituelle) im Menschen angesprochen werden.

Das Gehen oder Wandern in den Bergen bedeutet generell eine Grenzerweiterung und ein Verlassen des bisher sicheren und gewohnten Terrains. Im Visions-Coaching Allgäu geschieht dies durch mehrstündige, zum Teil körperlich recht anstrengende Wanderungen und soll einen Ausstieg aus dem „Hamsterrad“ des Alltags und der eingeschränkten Gedankenwelt ermöglichen. Durch das Gehen entsteht irgendwann eine Art „Flow-Zustand“ (s. Kapitel 3). Das intensive Draußensein in der Natur an mehreren Tagen hintereinander steigert die sinnliche Wahrnehmungsfähigkeit. Durch rauschende Bergflüsse, massive Berge von respektvoller Höhe, klare Luft bei einer Ausgangshöhe von 900 Metern und intensive Lichtstrahlung wird ein ursprüngliches Erleben gefördert. Eine Eingebundenheit in die Elemente der Natur kann intensiv spürbar werden. Die Teilnehmer bekommen so die

Chance, sich jenseits von Norm und Form, Hülle und Verkleidung wieder zu entdecken, wie oder wer sie eigentlich sind.

Nach einiger Zeit des Gehens und des bewussten Wechsels von stillen, schweigenden Phasen spüren sie langsam, was für sie und für ihre nächsten Schritte wichtig ist. Die Entscheidungskraft wird gestärkt, weil die Teilnehmer durch das Ausschalten von ablenkenden Alltäglichkeiten eine Klarheit darüber gewinnen, was sie wirklich wollen. Durch das Wandern als interaktives Element werden sinnbildlich auch die nächsten Schritte deutlich, die die Teilnehmer während des Gehens machen und auf ihre weitere Situation übertragen können. *Wie die Antworten der Teilnehmer aus der Befragung zur Teilnahme am Workshop (Kapitel 7) zeigen, konnte später im Alltag der Teilnehmenden ein Rückgriff auf diese Erfahrungen zur Bestärkung erfolgen.*

Die spirituelle Komponente spielt auf eine natürliche Weise eine wichtige Rolle im Visions-Coaching Allgäu. Dadurch, dass sich die Teilnehmer als Teil eines Ganzen in der Natur erleben, entsteht für die meisten von selbst ein Gefühl von Eingebundensein in etwas Größeres. Ob dabei nun der Glaube an Gott, eine höhere Macht oder Ähnliches direkt benennbar sind, scheint fast nebensächlich. Allein durch die tiefe Verbindung zur Natur fühlten sich viele Teilnehmer irgendwie in einen größeren Kontext eingebettet – *so wurde es in einigen Antworten beschrieben.*

Auch das Eingebundensein in die Gruppe, das Gesehenwerden und das gezielte Spiegeln durch die Coaches sind wirksame Elemente. Letztlich ist auch das Losgelöstsein aus dem vertrauten Alltag und den eingefahrenen Strukturen wichtig, damit innerer Abstand und eine Offenheit für Neues geschehen kann. Nicht nur durch die körperliche Erfahrung, die bewusst zu Beginn der Zeit sehr anstrengend ist, soll eine Grenzerfahrung und damit Grenzerweiterung bewirkt werden. Der Wechsel zwischen Anstrengung und Stille, zwischen Gemeinschaft und Alleinsein, zwischen Aktivität und Ruhe soll am Ende zu einer inneren Balance und Visionen führen. Die Natur dient als Spiegel, wobei darin erkennbare Symbole und deren Bedeutung wegweisend sein können.

Eine Anlehnung an die Visions-Suche (FOSTER/LITTLE, 2010) geschieht über das sog. „Medizinrad“, das ein tragendes Element im Rahmen der Visions-Suche nach FOSTER/LITTLE ist und die Arbeit mit Visionen fördern kann (genauere Beschreibung Kapitel 4.5). Im Visions-Coaching Allgäu werden über insgesamt vier Tage verteilt vier Richtungen des Medizinrades – sinnbildlich und konkret – durchlaufen (Süden, Westen, Norden, Osten). Diesen Richtungen sind jeweils vier Ebenen zugeordnet (körperliche, emotionale, mentale und spirituelle) und diesen wiederum vier Elemente (Wasser, Erde, Luft und Feuer). Diese Entsprechung dient während der gesamten Zeit als Orientierung und Verständnishilfe für die Teilnehmer. Sie symbolisiert auch einen vollständigen Wandlungs- und Veränderungsprozess, indem jeder Aspekt durchlaufen wird, um u. a. am Ende zu Visionen zu führen.

Die eben genannten Elemente der Natur wurden vorrangig ins Konzept integriert. Es wird jeweils an einem Tag ein Element der Natur (entsprechend der Himmelsrichtungen) intensiv erlebt. Im Süden (am ersten Tag) ist es das Wasser, im Westen (am zweiten Tag) die Erde, im Norden (am dritten Tag) die Luft und im Osten (am vierten Tag) das Feuer. Auf diese sehr fühlbare Weise können die Teilnehmenden einen pragmatischen Bezug zum Medizinrad erfahren. Im Allgäu sind alle diese Natur-Elemente besonders stark vorhanden. Die Wanderungen werden auf die bewusste Begegnung mit diesen Elementen ausgerichtet. Damit wird auf einfache Art auch nicht so spirituell offenen Menschen ein Zugang ermöglicht. *Die Antworten der Teilnehmenden (Kap. 7) haben gezeigt, dass diese Naturbezüge als Selbsthilfswerkzeuge in den Alltag integriert werden konnten.*

Die zugrundeliegenden Ansätze des Konzeptes – eine starke Verbindung zur Natur herzustellen und über das Erkennen im Außen auch Erkenntnisse im Innen zu finden – lassen sich auch in der sehr alten Naturphilosophie wiederfinden. Damit baut diese Arbeit draußen u. a. auf sehr altes Wissen auf.

Insgesamt ermöglichen unterschiedliche Elemente den Teilnehmern eine Offenheit und einen eigenen Gestaltungsraum, in dem sie das erleben, was für sie momentan dran und wichtig ist. Dabei gibt es kein Richtig und Falsch. Um neue Impulse zu bekommen, bedarf es einer geschärften Wahrnehmung



von dem, was im eigenen Inneren auftaucht und dem, was im Außen geschieht. Dies wird systematisch durch alle Elemente im Visions-Coaching Allgäu gefördert. Wie die Auseinandersetzung mit der Literatur sowie die Ergebnisse der Experten-Interviews (s. Kapitel 6) zeigen, vereinen sich damit viele wirkungsvolle Ansätze für die Förderung von Visionen. Durch diese Vielfalt entstehen am Ende neue Gefühle von Vertrauen, Gelassenheit und Freude, die die oft eingefahrenen Blickwinkel der Teilnehmer wieder erweitern. Auf dieser Basis kann es dann auch zu Visionen kommen.

## 5.1 NATUR ALS WIRKFAKTOR UND NATURPHILOSOPHISCHE ASPEKTE

BAUMANN (2009) hat sich als junger Sportwissenschaftler und -mediziner mit dem Verlust der Naturbindung des Menschen befasst, was gerade bei Patienten während oder nach einer schweren Erkrankung (lange liegen, keimfreie Umgebung etc.) der Fall war. Er hat die Patienten bei ihren ersten Spaziergängen in den Wald begleitet und erlebt, wie sehr sie dort aufgeblüht sind. Er hat wissenschaftliche Ansätze amerikanischer Forscher verfolgt, die sich mit der so genannten Naturpsychologie beschäftigt haben. Fragen danach, warum Menschen sich in der Natur besser erholen, weshalb gepflegte Parks und Auen einen beruhigenden Einfluss auf Geist und Seele haben etc. werden innerhalb dieser Disziplin erforscht. Danach haben Studien gezeigt, dass sich die Effektivität von Entspannung und Regeneration deutlich erhöht, wenn körperliche Aktivitäten in „grüner Umgebung“ und nicht im Trainingsraum stattfinden. „Wenn sich unsere innere Natur auf die äußere Natur einlässt, erleben wir vor allem dann positive Effekte, wenn wir uns in grünen Landschaften aufhalten, die uns vor Jahrtausenden die besten Überlebenschancen boten“ (BAUMANN, 2009, S. 58).

Dies ist auch für die Förderung von Visionen relevant, weil die Fähigkeit Visionen zu entwickeln mit Kreativität verbunden ist, wozu Folgendes erwähnenswert ist: „Aufgrund einer Befragung von über 3.000 kreativen Denkern hat man zunächst herausgefunden, dass ihr Bezug zur Natur in der Kindheit ein ganz besonderer war. Weiterhin haben Analysen gezeigt, dass Ideen zu

28 % in der freien Natur entstehen und nur zur Hälfte davon zu Hause kommen“ (BAUMANN, 2009, S.58).

BAUMANN erwähnte die sog. Naturpsychologie. An dieser Stelle wird weiter auf einige Ansätze der Naturphilosophie eingegangen, weil dadurch meines Erachtens für die Visionsarbeit in der Natur ein besseres Verständnis möglich wird.

Wenn Naturwissenschaften die Wissenschaft der Natur ist, bleibt die Frage zu beantworten, was die Natur selbst ist. „Naturwissenschaften haben es im Unterschied zu einer Philosophie der Natur nur mit Naturausschnitten zu tun...Naturphilosophie in diesem Sinne ist charakterisiert durch Weiterfragen, zunächst innerhalb der naturwissenschaftlichen Methodik, dann aber auch über diese hinaus“ (BREIL, 2000, S. 12/13). *Dr. phil. REINOLD BREIL ist Privatdozent am Philosophischen Institut der RWTH Aachen. Forschungsschwerpunkte und Veröffentlichungen zur Naturphilosophie, Wissenschaftstheorie, Transzendentalphilosophie und Ontologie.*

Wie viele andere Begriffe, die in dieser Arbeit zuvor definiert wurden, ist es schwer, ihnen in ihrer Komplexität gerecht zu werden. So seien hier nur Auszüge einiger Vertreter der Naturphilosophie genannt, um im Kontext des Themas dieser Doktorarbeit einen relevanten Gesamtzusammenhang darzustellen. Erwähnenswert scheint AUGUSTINUS Metapher vom „Buch der Natur“. Dieses (die NATUR) habe Gott geschrieben und jeder, auch theologisch Ungeschulte, könnten danach die Lehren lesen. Dieses Bild von der Natur als Buch haben GALILEI und später DESCARTES aufgegriffen, aber „wenn wir nicht zuerst die Sprache und Zeichen lernen, in denen es geschrieben ist“ (BREIL, 2000, S. 22), könnten wir nach GALILEI das Buch (die NATUR) nicht verstehen. Bei AUGUSTINUS war diese Sprache noch theologische Hermeneutik, bei GALILEI und DESCARTES dann die Sprache Mathematik und die Zeichen Dreiecke, Kreise und andere geometrischen Figuren.

Die Natur erschließe sich uns phänomenologisch als ein in sich gegliederter Bestand, der seit ARISTOTELES immer wieder als eine Mannigfaltigkeit anorganischer, organischer, psychischer und geistiger Strukturen verstanden

worden sei, so BREIL (2000, S. 13). Es gebe naturphilosophische Versuche, aus der Vielzahl gegebener naturwissenschaftlicher Erkenntnisse ein einheitliches Naturverständnis, ein Weltbild, zu entwickeln. Doch es sei stets dieselbe Natur, die uns im Alltagserleben, in empirischen Forschungen oder als Umwelt entgegentrete.

Dass der Mensch Herrscher der Natur sei, ist in der Neuzeit durch die sog. Fortschritte der modernen Naturwissenschaften als These populär geworden. KANT habe den Menschen als Anwalt und Verwalter der Natur begriffen. *Heute erfahren wir bitterlich, dass die technische Naturbeherrschung auch dramatische Nebenwirkungen mit sich gebracht hat.* BREIL stellt diesbezüglich die kritischen Fragen: „Mit welchen begrifflichen Mitteln kann die Naturphilosophie hier klärend helfen? Und welche Konsequenzen erwachsen uns Menschen aus der Tatsache, dass wir mitnichten bloß unbeteiligte Beobachter des Naturgeschehens sind?“ (ebd., S. 17). Hier habe die gegenwärtige naturphilosophische Diskussion durch ethische Fragen neue Impulse erhalten.

## 5.2 WANDERN ALS WIRKFAKTOR UND ASPEKTE DES PILGERNS

Bei der Entwicklung des Visions-Coachings Allgäu war mir noch nicht bewusst, welche vielfältige Wirkung das Wandern tatsächlich hat. Bekannt war die intensive Wirkung der Visions-Suche (auf die im nächsten Punkt eingegangen wird) und die von Coaching, aber nicht die des Wanderns selbst.

BAUMANN (2009) hat mehrere Wander-Projekte mit Teilnehmern erprobt. Er begann die rehabilitierende Wirkung zu erforschen, indem er mit Patienten nach einer geheilten Krebserkrankung über jeweils 40 Tage Wanderprojekte durchgeführt hat. Der Auslöser, für seine Forschungsprojekte mit Patienten auf die 40-tägigen Wanderungen zu gehen, war neben der körperlichen Genesung auch eine psychische Stabilisierung, was Ängste und Unsicherheiten angeht, die hinsichtlich der eigenen Belastbarkeit nach einer schweren Erkrankung entstanden waren.

Er hat vor der Durchführung seiner Projekte interessante Erkenntnisse u. a. über den notwendigen Zeitraum einer rehabilitierenden Wirkung des Wanderns gewonnen. Definiert man den Begriff Rehabilitation weitläufiger, könne er außerdem als „Auszeit“ verstanden werden. Damit wiederum werden „Fastenzeit“ oder „Entsagen“ bzw. ein „In-sich-Gehen“ assoziiert (BAUMANN, 2009, S. 64).

Bei der Dauer dieser Auszeit von 40 Tagen ist er bei einer kulturhistorischen Betrachtung auf immer wieder genau diese Dauer gestoßen, in der Menschen sich zu Pilgerzwecken, der Suche nach Gott, zum Besinnen, für Veränderung und Verarbeitung oder einen Wesenswandel aus dem alltäglichen Geschehen zurückgezogen haben. Demnach sei eine Zeit von 40 Tagen günstig, um Kräfte zu schöpfen, sich zu besinnen, zu trauern, sich auf etwas Neues vorzubereiten etc. Er geht weiter davon aus, dass Bewegung die ur-eigenste Form der Verarbeitung von Schmerz und Trauer ist, die seit Jahrtausenden existiert. So fand er viele Indizien dafür, dass es funktioniert, sich durch Bewegung selbst zu finden. Er fand in seinen Forschungsprojekten heraus, „dass der Körper – wenn man ihm und der Seele ausreichend Zeit gibt – durch Bewegung an sich selbst gesunden kann, und dass Heilung beschleunigt wird“ (BAUMANN, 2009, S. 10). Ihm ging es darum, dass Menschen nach einer schweren Erkrankung wieder Vertrauen in ihren Körper entwickeln.

Hinsichtlich des Wanderns wird im geschichtlichen Rückblick deutlich, dass es schon immer Formen des Wanderns gab, die dem Seelenheil dienten. Pilgern ist eine sehr alte, kollektive wie individuelle Art der Sinnsuche, die in vielen Kulturen wiederzufinden ist. Bei den Aborigines sind es die „Traumpfade“ oder auch „Songlines“ genannt, bei denen sich Menschen auf den Fußstapfen der Ahnen durch das Land bewegen. Im Vorwärtsschreiten begeben sich der Wanderer auf eine Zeitreise zurück zu seinen Ursprüngen. Im Akt des Wanderns kommuniziere er mit den göttlichen Vorfahren. Diese Wanderung entschlüsse ihm die existenziellen Rätsel von Herkunft und Zukunft, von Eigenem und Fremden und von seiner Identität. Durch die Songlines werde die Landschaft belebt und verzaubert (GROBER, 2011). ULRICH GROBER ist Autor, Publizist und Journalist und spezialisiert auf Naturerfah-

rungen, Kulturgeschichte und Zukunftsvisionen etc. und selbst langjähriger Wanderer.

Im Visions-Coaching Allgäu geschieht eine Art spirituelles Wandern. Jeder geht dabei für sich, in den Spuren derer, die vor ihm gegangen sind, doch auch in seinen ganz eigenen. Der monotone Schritt, der gleichmäßige Rhythmus von Atem und Herzschlag, von gehen und ruhen, werde zum Medium für die meditative Annäherung tiefer Verbundenheit, wie es auch GROBER beschreibt.

*„Der Mensch des frühen Mittelalters hatte einen Aktionsradius, der selten über fünfzehn Kilometer hinausreichte“ (GROBER, 2011, S. 241), weshalb Pilgern wohl auch die Erweiterung eingeschränkter Blickwinkel mit sich gebracht hat. Beim Pilgern geht es in vielen Fällen um Heilung und dennoch ist die Wirkungsweise auf diesen Coaching-Kontext übertragbar.*

Spirituelles Wandern kann heute auch als eine Unterbrechung des Alltags oder ein Ausstieg auf Zeit verstanden werden. Die Wanderer lassen in dieser Zeit übermäßigen Luxus bewusst hinter sich. Die innere Reise zu den spirituellen Quellen der Existenz ist das Ziel. Im Wandern läuft das bisherige Leben vor dem inneren Auge ab und im Gehen ist Zeit, über sich selbst nachzusinnen. Wandern sei auch das Erlebnis der Begegnung mit fremden und doch gleichgesinnten Menschen. So könne man dem Geheimnis des Menschseins und dem Geheimnis des ganz Anderen näher kommen. (GROBER, 2011). Wer so wandere, mache sich auf den Weg, um eine Offenbarung zu erleben, die seinem Leben eine neue Richtung gibt und ihn in einen neuen Menschen verwandelt. *Man könnte folglich sagen, dass ein Pilger aufbricht, um eine Vision für sein Leben zu finden.* „In der Tat ist der Wanderer (homo viator), ein aktiv Suchender“ (GROBER, 2011, S. 245). Dabei sei es der Weg, der ihn trage, führe und leite. Dem Weg selbst wohnt dabei eine verlässliche Kraft inne, die sich dem Wanderer vom Ziel her übertrage.

Spirituelles Wandern erlebt derzeit eine Wiederkehr. Der Jakobsweg ist heute vermutlich so bevölkert wie selten zuvor. „Visionssuchen“ in der Wildnis sind nichts Unbekanntes mehr. Auch wenn sich die Rituale und Methoden

unterscheiden, sind die Ziele ähnlich: In Phasen der persönlichen Krisen und gesellschaftlichen Umbrüche einen möglichst großen Abstand vom Alltag zu suchen. Man wolle sich allein und ohne Ballast in einer kraftvollen Landschaft bewegen. „Unterwegs stellt man sich den existenziellen Fragen: Wer bin ich? Wo stehe ich? Wo will ich hin? An was glaube ich? Zu wem gehöre ich? Was ist mein Auftrag? Um dann mit den Umrissen eines erneuerten tragfähigen Lebensentwurfes gestärkt und gereift in den Alltag zurückzukehren“ (GROBER, 2011, S. 234).

*Die Kraft, die im Wandern liegt, wirkt danach auch hinsichtlich der Impulsfindung zum Thema Beruf und Berufung. Wandern erfüllt auf jeden Fall einige Kriterien, die als visionsfördernd bezeichnet werden können, wie aus dem bisher Betrachteten hervorgeht. Wenn Ruhe, Stille, Entspannung, Flow-Zustände, auch grenzerweiternde Erfahrungen, Rückzug, Entbehrung etc. als visionsfördernde Elemente bezeichnet werden können, dann findet dies im Wandern in jedem Falle statt. Außerdem dürfte eine alte Tradition wie das Pilgern sich bewährt haben, sonst wären nicht so viele Jahrhunderte so viele Menschen aus unterschiedlichsten kulturellen und religiösen Bezügen immer wieder dazu aufgebrochen, auch um Visionen zu bekommen. Nur heutzutage sind 40 Tage ein kaum vorstellbarer Zeitraum zur Sinn- und Visions-Suche.*

Im Visions-Coaching Allgäu wurden Coaching, Natur und Wandern (wie eben beschrieben) sowie Ansätze der Visionssuche (nähere Beschreibung erfolgt jetzt) kombiniert. Bei der Visionssuche (FOSTER/LITTLE, 2002 u. 2010) geht es allerdings weniger um ein Wandern in der Natur, sondern hauptsächlich um ein Alleinsein an einem festen Platz in der Natur. Dennoch ist es sinnvoll, kurz auf diese Methode in ihrer klassischen Form einzugehen.

### 5.3 VISIONSSUCHEN UND ORIENTIERUNG AM MEDIZINRAD

Der menschliche Lebenslauf ist durch verschiedene Entwicklungsaufgaben gekennzeichnet. Von der Kindheit über das Erwachsenwerden, Heirat oder Scheidung, Eintritt ins und Ausstieg aus dem Arbeitsleben, Altern und Vorbereitung auf den Tod hat jeder Mensch damit diese Schwellen zu überschreiten. In traditionellen Kulturen wurde der bewusste Wechsel von einer Lebensphase in die nächste mit Zeremonien gefeiert, um dieser Veränderung Raum zu geben. In unserer Gesellschaft ist es eher so, dass dem Übergang von einer zur nächsten Phase nicht wirklich Zeit eingeräumt wird, um die Veränderungen bewusst zu erleben, zu begreifen und damit zu überwinden. Oft ist erst in psychotherapeutischer Behandlung dazu Gelegenheit. „Nach der klassischen Theorie der Psychologie, zu der auch die Übergangsriten in der Wildnis gehören, sind Lebenskrisen und -übergänge als Herausforderungen oder Gelegenheiten höchster Ordnung anzusehen“ (FOSTER/LITTLE, 2002, S. 36).

Rituale, Zeremonien oder auch eine Visions-Suche haben etwas, das dem Betroffenen eine Mitgestaltungsmöglichkeit an der Veränderung gibt. Damit wird der Schmerz nicht geringer, aber er bekommt eine Ausdrucksform und einen Rahmen. Der Mensch trägt dazu bei, seine Krise zu bewältigen und erlebt sich nicht nur als jemand, der ein Problem hat, bei dessen Lösung ein externer Fachexperte (Pfarrer, Arzt, Therapeut, Coach, Anwalt etc.) das Allheilmittel kennt.

Die Begleitung von Menschen, die Visionen finden wollen, ist eine ressourcenorientierte Arbeit. Sie aktiviert die Eigenverantwortung des Suchenden und befähigt ihn, Probleme allein zu lösen und so seine Krise zu bewältigen. Dies geschieht mit einer intensiven Vorbereitung und Begleitung während und auch nach dem Prozess. *Wie im Coaching auch, wird von den Begleitern hauptsächlich der Rahmen geschaffen und gehalten, in dem der Teilnehmer etwas für sich erfahren und verändern kann. Im Grunde kann jeder Mensch auf seine persönliche Visions-Suche gehen, ohne dabei einer bestimmten Methode zu folgen. Auch der Pilger begibt sich auf Visions-Suche; er trägt eher eine innere Absicht und Offenheit in sich, als dass er einer bestimmten*

*Methode folgt. Gerade wenn Pilger bestimmte Wege gehen – wie den Jakobsweg –, die zu diesem Zweck schon von vielen Anderen zuvor gegangen wurden, verstärkt sich diese Wirkung. Dennoch macht es Sinn, die Erfahrung in einer bewährten Struktur zu gestalten.*

Die Form der Visions-Suche, wie sie durch MEREDITH LITTLE von der „school of lost borders“, Kalifornien, bekannt ist, zeichnet sich durch ein intensives Sein in der Natur aus, wobei man überwiegend allein, fastend und in der Stille an einem bestimmten Platz ist. Das geschieht über mehrere Tage und Nächte und ohne Schutz zivilisierter Behausungsformen. Der Suchende wird quasi nach und nach immer mehr Teil der Natur oder erlebt sich intensiver in ihr. Ziel ist es, dass sich die „Zivilisationsschicht“ des Menschen langsam auflöst, damit er sich als Teil der Natur erfahren kann, um so zu einer Rückanbindung, zu einem erweiterten Bewusstsein oder einer tiefen Innenschau zu gelangen.

*Es braucht generell einen guten inneren und äußeren Halt und eine Stabilität, wenn man neue Bewusstseinserfahrungen macht. Nicht ohne Grund gehen z. B. bei den Naturvölkern zu Heilungszwecken auch die Schamanen auf bewusstseinserweiternde Reise und nicht die Kranken. Wenn Menschen Visionen bekommen wollen und dafür ihr bekanntes Terrain verlassen oder ihr Bewusstsein erweitern müssen, dann ist also irgendeine Form von Halt und Orientierung wichtig. Im Visions-Coaching Allgäu geschieht dies u. a. mit einer Orientierung an den Himmelsrichtungen und ebenso mit dem gemeinschaftlichen Wandern und Gehen in der Natur. Durch jeden bewussten Schritt erfolgt außerdem eine ständige Verbindung mit der Erde, die trägt und hält.*

Im Rahmen der Visionssuche nach FOSTER/LITTLE (2002) findet eine Orientierung anhand des so genannten Medizinrades statt. Als Überschneidung zweier Linien im rechten Winkel repräsentiert es die vier Richtungen (Raum) und die vier Jahreszeiten (Zeit). Die Himmelsrichtungen bleiben gleich, während die Jahreszeiten sich verändern. Die vier Himmelsrichtungen findet man überall auf der Welt in Medizinrädern wie Mandalas und Ähnlichem und sie werden symbolisch durch Farben, Elemente, Kraftfelder, Raumvorstel-



lungen, Kompassweisungen und andere Naturphänomene dargestellt (vgl. FOSTER/LITTLE, 2010).

In der Arbeit mit dem Medizinrad geht man weiter davon aus, dass jeder Himmelsrichtung eine bestimmte Lebensphase und bestimmte Kriterien zugeordnet werden. So steht in der genannten Tradition der Süden (Sommer) für die Kindheit, der Westen (Herbst) für das Erwachsenenendasein, der Norden (Winter) für das Alter, der Osten (Frühling) für Tod und Wiedergeburt. Damit eine Krise gut bewältigt werden kann und ein Neubeginn möglich ist, erfordert es – wie FOSTER/LITTLE (2002) es umschreiben –, dass die vier Schilde (Himmelsrichtungen) ausbalanciert sind. *Um eine Wandlung zu vollziehen, sollte man immer alles durchlaufen – jede Richtung und jede Jahreszeit, was auch bedeutet, dass man bezüglich des Themas, wegen dem man sich auf Visions-Suche begibt, auch in Verbindung zu allen Lebensphasen treten muss.*

Der Beginn des Wandlungsprozesses ist nach FOSTER/LITTLE im Süden, welcher der Kindheit entspricht. Hier liegen auch die Ressourcen und Fähigkeiten des Menschen, die zur Lösung eines bestimmten Problems erinnert und aktiviert werden. Ein gut gefüllter Rucksack mit vielen „Süd-Eigenschaften“ befähigt den Menschen dann, weiter über die Schwelle zum Erwachsenen zu gehen, die dem Eintritt in den Westen zugeordnet wird. *Auf ähnliche Weise findet auch im Coaching eine starke Ressourcenorientierung statt. Erst wenn diese Stärken und Fähigkeiten bewusst gemacht wurden und ein Stück mehr in die Persönlichkeit integriert werden konnten, wird der Mensch zu kraftvollem, eigenverantwortlichem Verhalten fähig.*

Im Westen, dem auch die Emotionen zugeschrieben werden, gilt es, blockierende Gefühle (in Bezug auf das aktuelle Thema) wie Unausgesöhntheit und Ängste etc. anzunehmen, damit vom Erwachsenen klare und weise Entscheidungen darüber getroffen werden können, was er will und was nicht.

Diese reife Entscheidungsfähigkeit würde dann einer Qualität des Nordens entsprechen. Der Norden verkörpert die mentale Ebene. Hier herrscht eine gefestigte Nüchternheit vor, die mit Handeln einhergeht.

Diese neuen Entscheidungen bringen den Menschen dann in den Osten, der auch für Frühling und damit für Neubeginn steht. Oft mussten dabei alte, nicht mehr dienliche Überzeugungen und Eigenschaften abgelegt werden, um bis hier zu kommen. Der Osten steht für Geburt und für die spirituelle Seite im Menschen und damit auch dem Zugang zum Göttlichen.

Hier ist die „Bitte um eine Vision“ angesiedelt, um Unterstützung von höherer Ebene, um entscheidende Impulse und richtungsweisende Erkenntnisse für die nächsten Schritte zu erhalten. *Für die gezielte Arbeit mit Visionen in Verbindung mit dem Medizinrad bedeutet das Folgendes: Um Visionen zu bekommen, muss man zuvor vom Süden über den Westen, durch den Norden gegangen sein. Die jeweils dort angesiedelten Aspekte müssen durchlebt werden, damit man im Osten neue Impulse oder im besten Falle Visionen bekommen kann.*

Diese reduzierte Darstellung des Medizinrades und seiner möglichen Nutzung geschah bewusst sehr vereinfacht. Sie versteht sich speziell mit Blick auf die Förderung von Visionen. Die Erfahrungen zur Orientierung am Medizinrad bei der Arbeit draußen in der Natur haben gezeigt, dass die Teilnehmer durch die Integration dieses Konstrukts viel Stabilität und auch einen Prozessrahmen erhalten haben, wie die Antworten in der schriftlichen Befragung auch belegen. *In meiner Rolle als Leiterin oder Prozessbegleiterin wurde mein Blick im Laufe der Zeit immer schärfer dafür, wo genau (in welcher Richtung/mit welchem Thema etc.) sich die einzelnen Teilnehmer gerade befanden, was für eine Unterstützung und Begleitung sehr förderlich war.*

## 5.4 ENTSTEHUNG UND INHALT DES VISIONS-COACHING ALLGÄU

Zum Allgäu – aus ganz persönlichem Erleben:

*Dieser Fleck Erde hat etwas ganz Besonderes. Ich habe das Allgäu vor mehreren Jahren kennen und lieben gelernt. Seitdem habe ich dort viel geschrieben und neue Dinge entwickelt – war also besonders kreativ und habe ebenso viel Ruhe und Kraft gefunden. Aus der Mitte Deutschlands kommend, hat mich das Allgäu mit seinen zum Teil unberechenbaren Wetterveränderungen oft heftig gefordert. Ob im Winter über Nacht mit einem halben Meter Neuschnee oder im Mai von Nachtfrost bis hin zu 30 Grad am nächsten Tag. Das Allgäu hat schon etwas Extremes – ähnlich wie die Menschen, die ich im Laufe der Zeit dort kennen gelernt habe. Bei manchen erlebe ich allerdings auch eine Art Getriebensein, unbedingt auf die Berge rauf zu müssen. Die Berge stehen allerdings in Oberstdorf – in dem südlichsten Ort Deutschlands – sackgassenähnlich wie eine permanente Herausforderung vor einem. Wenn man also aus dieser Enge heraus Überblick bekommen möchte, muss man über kurz oder lang rauf. Irgendwie ist das Leben hier ursprünglicher und intensiver und auch die Menschen wirken natürlicher. Das Wetter und die Jahreszeiten bestimmen die Menschen und nicht umgekehrt; eines der wenigen Elemente, die wir nicht kontrollieren können und denen wir uns hingeben müssen. Dies war eine große Herausforderung für das Visions-Coaching Allgäu. Doch genau dies macht die Arbeit auch so reizvoll, weil Vertrauen, das auch zur Visions-Findung förderlich ist, ständiger Begleiter sein muss. Die Arbeit draußen erfordert von uns als Coaches wie von den Teilnehmern eine Form der Hingabe, weil sich vieles nicht planen lässt. Hingabe ist übrigens eine weitere wichtige Fähigkeit für die Förderung von Visionen, wie bereits durch einige Autoren deutlich geworden ist und durch die Experten-Aussagen später noch deutlicher wird.*

*Das Sein im Allgäu hat mich stets stark an meine Kindheit erinnert. Gerade meine Jugend war geprägt von täglichem Draußensein. Mit meiner besten Freundin habe ich so die bis jetzt wohl schönste Zeit meines Lebens verbracht. Ich bin meiner Mutter heute unendlich dankbar für das Vertrauen, dass sie in mich hatte, als wir mit unseren Pferden fast jede freie Minute in*

den Wäldern unserer Umgebung verbracht haben – Sommer wie Winter. Damals gab es kein Handy, für den Fall, dass etwas passiert wäre. Wir waren zwölf Jahre alt und haben auf blankem Pferderücken die Welt im Abenteuer erkundet. Was für ein Privileg.

Meinem Partner und mir war bei der Konzeption des Visions-Coachings Allgäu wichtig, dieses Abenteuerleben und die Naturverbundenheit für die Teilnehmer erlebbar zu machen. An den vielen Flüssen zu sitzen, bei heißem Wetter auch in das eiskalte Wasser zu springen, im Frühling und Sommer die unendliche Blumenvielfalt zu erleben oder das frisch geschnittene Heu zu riechen: all das sind ganz einfache und natürliche Kraftquellen.

Der Part des eher aktiven Bewegens, Gehens und Wanderns wurde durch meinen Partner Bestandteil dieses Konzepts. Als leidenschaftlicher Wintersportler, Marathonläufer, Arzt für psychosomatische Medizin, lebt er seit über zehn Jahren im Allgäu. Dass speziell das Gehen bzw. Wandern eine solche visionsfördernde Wirkung haben kann, war mir jedenfalls bei der Konzeption nicht bewusst. Persönlich spürte ich wohl, dass ich nach jeder Wanderung mit guter Laune und neuem Mut für meine nächsten Schritte zurückkam. Dabei brauchte es nicht viel – keine besonderen Erlebnisse, auch keine extremen Anstrengungen, sondern einfach ein Sein und Gehen in der Natur. Genau diese wertvolle Erfahrung wollten wir den Klienten eröffnen, die oft verzweifelt und kraftlos in Sackgassen steckten – was interessanterweise auch durch die Lage von Oberstdorf (zumindest im Tal) im Außen widergespiegelt wird.

Man könnte das Visions-Coaching Allgäu auch als „Mini-Pilgerreise“ beschreiben – eine Reise zu sich selbst, die Chance zur Selbstfindung bietet.

Die Wirkung lässt sich darin vermuten, dass es die kombinierten Elemente sind, die in nur vier Tagen zu den Erfahrungen geführt haben, wie sie in Kapitel 7 durch die Teilnehmer beschrieben werden. Der nachfolgende Original-Werbe-Text stellt das Angebot knapp dar und wird daher wörtlich zitiert:

*Vier Tage zum Finden neuer Visionen & Erweitern eigener Begrenzungen  
in ursprünglicher Natur!*

Zielgruppe	Menschen, die Veränderungen im Leben/Beruf kreativ und kraftvoll mit neuen Visionen gestalten wollen.
Ziel des Visions-Coachings	<p>Visions-Coaching Allgäu ist eine Kombination von professioneller Zielfindungsarbeit und der klassischen Form der mehrtägigen Visions-Suche in der Wildnis. Diese beinhaltet eigentlich, sich für mehrere Tage fastend und allein auf sich gestellt in die Natur zu begeben. Dort kann man – besonders in Übergangsphasen – Antworten auf Fragen oder Lösungen für Probleme in Form von Visionen erhalten. In der heutigen Zeit stellen Berufswechsel, mögliche Selbstständigkeit, live events (Partnerschaften, Trennungen, Krankheiten, burn-out etc.) solche Übergänge dar. Ziellosigkeit, das Fehlen von Sinn, nicht gelebte Wünsche usw. lähmen und blockieren uns und lassen das innere Feuer der Begeisterung immer kleiner werden. Aber genau dort liegen der Schlüssel und die Kraft, die uns antreiben und zum Aufbruch ermutigt. Sie kann gestärkt werden durch eine Vision – klare innere Leitbilder oder -sätze – und so den Zugang zu den eigenen Potenzialen wieder öffnen. Mehr denn je sind wir deshalb gefordert aufzubrechen, raus zu gehen und mit neuen Visionen und neuer Kraft zurückzukommen, um hier glücklich zu leben. Wir werden natürliche Ruhe und Entspannung in den Bewegungsfluss des Gehens bringen. Über das Wandern mehr zur eigenen Mitte finden und ganz einfach da sein. Eine Mühelosigkeit und Ausdauer im Gehen aufbauen ist eines unserer Ziele. In Bewegung und in der Natur Neues aus uns selbst schöpfen, uns auf das zurückbesinnen, was unser Herz sich wünscht und was unser einzigartiges Potenzial ist, dem wollen wir auf die Spur kommen. Daraus kann eine konkrete Form/Gestalt entstehen und wir können Pläne schmieden, wie wir uns verändern oder die Welt mit unserer Vision bereichern sollen.</p>
Leitgedanken	<p>Die eigene Kraft spüren, bündeln und nutzen Potenziale wiederentdecken &amp; mit neuem Ziel verbinden</p>
Methoden & Möglichkeiten	<p>individuelle Prozessbegleitung, Einzel/-Gruppen-Coaching während der gesamten Zeit häufige, auch mehrstündige Outdoorerfahrungen nach intensiver Vorbereitung durch gezielte Wahrnehmungsübungen, Körper- und Atemarbeit meditative Elemente, Arbeit mit inneren Bildern, Stunden der Stille, intensive Reinigung z. B. Fasten/Saunen, ggf. Ausdruck der Visionen über kreative Medien</p>

Aus dem Inhalt	Ankommen: Staunen – atmen – bewegen Abschalten: Leer werden – entspannen – genießen Rückzug: Still werden – reinigen – fasten – schweigen Horizont erweitern: Höhe – Überblick – Naturimpulse Erden: Formen – Gestalt geben – Pläne schmieden Füllen: Körper – Geist – „Werkzeugkoffer“
Nutzen für die Teilnehmer	Sie aktivieren Ihr vorhandenes Potential, um zielgerichteten Schritten Ihr neues Ziel im Alltag zu verwirklichen.
Zeitraum & Rahmen	4 Tage & Nächte in Oberstdorf und Umgebung. Je nach Jahreszeiten/Wetter mit Hüttenübernachtungen.
Voraussetzung	Hoher Grad an Offenheit, Mut und Freude am Entdecken; physische und psychische Stabilität

## INFORMATIONEN, VORBEREITUNG & ANMELDUNG

Vor jeder Anmeldung bitten wir um persönliche bzw. telefonische Kontaktaufnahme. Sie bekommen dann ein erstes Coaching zur Vorbereitung auf Ihre Zeit im Allgäu. Natürlich beraten wir Sie auch gerne zu Fragen oder gehen auf mögliche Bedenken ein. Erfahrungsgemäß findet außerdem ein Vortreffen ca. vier Wochen vor Workshopstart statt, damit die Phase danach bereits zur Einstimmung und der Auseinandersetzung mit Ihrer Absicht dienen kann. Auf diese Weise effektivieren Sie Ihren gesamten Coaching-Prozess. In dem Vortreffen lernen Sie die anderen Teilnehmer kennen und erhalten detaillierte Informationen über die geplanten Wanderrouten bzw. wir zeigen Ihnen Bilder von dem Terrain, in das wir tiefer eintauchen werden. Hier erfahren Sie auch genau, was Sie alles mitbringen müssen. In den Sommermonaten und bei gutem Wetter ist auch eine Außenübernachtung möglich. Ansonsten werden wir eng mit der Natur verbunden und viel draußen sein, aber in soliden, zivilisierten Unterkünften übernachten. Wetterfeste Kleidung, gute Wanderschuhe und ein Rucksack für 2-3 Tage (ca. 30 Liter) sind Ausrüstungsstandard. Das Allgäu lehrt uns neben vielem Anderen, dass wir mit ihm als Verbündeter arbeiten müssen. So wird jeder Termin stark von den Wetterbedingungen abhängen, nach denen wir vieles vor Ort entscheiden. Vielleicht ist es aber gerade das, was die Arbeit so spannend macht? Diese Willkür der Natur, die den Rahmen vorgibt. Wir sind also aufgefordert, gemeinsam mit Ihnen gute und kraftvolle Plätze zu finden, Routen zu gehen, die gangbar sind (vielleicht im Märztermin mit Schneeschuhen) oder die Erfahrung zu machen, dass man seine Ziele unabhängig vom äußeren Rahmen trotzdem verfolgen kann. Wir gehen alle gemeinsam und dabei bestimmt immer der Schwächste in der Gruppe das Tempo. Wichtig ist, dass es nicht um Höchstleistungen geht, vielleicht geht es sogar um das Gegenteil. Welche Grenzen (bei manchen liegen sie z. B. im Aushalten der Stille) zu überwinden sind, wird sich somit natürlich von selbst für jeden individuell zeigen. Wir werden Sie sicher bei den Schritten begleiten, die Sie machen wollen und freuen uns auf diese Aufgabe.

Durch die Erläuterung der einzelnen Elemente und deren Wirkfaktoren im Visions-Coaching Allgäu sollte deutlich werden, dass bereits jedes für sich eine lange Tradition oder intensive Wirkung im Rahmen einer Sinnsuche und Selbstfindung hat.

Insgesamt ist mit diesem ersten theoretischen Teil schon eine umfassende Darstellung der Begriffe Visionen, Beruf und Berufung erfolgt.

In Kapitel 6 geschieht dies nun noch mit einer interkulturellen Betrachtungsweise durch Experten-Interviews, speziell hinsichtlich der Förderung von Visionen. Durch den Blick in andere Kulturen sollten sich wichtige Voraussetzungen zur weiteren Förderung im hiesigen kulturellen Raum gewinnen lassen.

In Kapitel 7 findet dann die Auswertung der schriftlichen Befragung der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu statt.

In Teil III werden alle Ergebnisse ausführlich zusammengefasst.

## II. EMPIRISCHER TEIL

### 6. AUSWERTUNG DER EXPERTEN-INTERVIEWS

In der folgenden Auswertung der Interviews geht es darum, weitere Erkenntnisse für die bzw. aus der Arbeit mit Visionen zu erlangen. Zu diesem Zweck wurden fünf Personen als Experten befragt. Deren Auswahl ist im laufenden Prozess entstanden. Maßgabe war, dass die interviewten Experten aus unterschiedlichen gesellschaftlichen, kulturellen und beruflichen Kontexten kommen und fundiertes Wissen zum Thema Visionen hatten. Die Interviews wurden über einen Zeitraum von einem Jahr (Sommer 2008 bis Sommer 2009 – genaue Zeitangabe s. Kap. 1.4) geführt.

Der erste Interview-Partner war HANS KREIS. Er arbeitet mit Visionen im Coaching und hat sich u. a. den Begriff „Visions-Coaching“ durch ein Copyright gesichert. In dem Interview schildert er auch, wie er im Sinne dieses Begriffes mit Visionen arbeitet.

Der zweite Interview-Partner, EL VIEJO (das ist sein offizieller Rufname und bedeutet „der Alte“), ist der Sohn eines bekannten peruanischen Schamanen, DON AGUSTIN RIVAS VASQUES (KUBY, 2004). Der südamerikanische Kulturkreis ist deshalb interessant, weil dort die Rolle von Visionen und auch Visionssuche stärker in der Kultur verankert ist, als bei uns. EL VIEJO ist mit seiner schamanischen Heilarbeit seit einigen Jahren verstärkt in Europa tätig. Durch das Interview mit ihm ist deutlich geworden, dass Visionen für ihn und in seinem Kulturkreis eine völlig andere Dimension umfassen, als in Deutschland. Insgesamt dienen Visionen dort mehr der Heilung des Einzelnen und zum Überleben für die Gemeinschaft. Dennoch liefern seine Antworten auch wertvolle Ansätze zur Förderung von Visionen im Kontext dieser Dissertation.

Weiterhin war geplant, einen Experten zum Thema Visionen aus dem anglo-amerikanischen Kulturkreis zu interviewen. Ein Interview mit MEREDITH LITTLE (der Mitbegründerin der „school of lost borders“ in Kalifornien), die Visions-Suchen durchführt, war leider aus zeitlichen und distanzbedingten



Gründen nicht möglich. Stattdessen wurde ich im Rahmen dieses Forschungsprozesses auf den Leiter der Yoga-Vidya Zentren, SUKADEV VOLKER BRETZ, aufmerksam. In einem seiner Vorträge erwähnte er, wie er zu seiner persönlichen und beruflichen Vision gekommen ist. Als gebürtiger Deutscher und Sohn des Möbel-Herstellers BRETZ hat er lange in Yoga-Zentren in den USA und Kanada gelebt. Er wurde sogar zum Swamiji (indischer Mönch) geweiht, weshalb er auch viel über die indische Kultur und deren Blick auf Visionen sagen kann. Er kann deshalb als Experte dreier Kulturkreise zu Erkenntnissen beitragen.

Die indische Yoga-Meisterin LEELA MATA, sprach während einer Meditations-Woche (an der ich teilnahm), mehrfach über Themen wie Bestimmung, Vision etc. Mit Wurzeln in Indien und über 30 Jahre in den USA lebend und lehrend, wurde sie daher die weibliche Expertin zum Thema Visionen und Visions-Förderung innerhalb dieser Kulturkreise.

Auf den letzten Interview-Partner fiel die Wahl während der Recherchen zur Literatur für diese Arbeit. JOACHIM KAMPHAUSEN ist Inhaber der gleichnamigen Verlags- bzw. Medien-Gruppe, die u. a. die Themen-Bereiche „Spiritualität und Business“ verknüpft, sich jedoch von zu esoterischer Literatur distanziert. Aus diesem Grund sollte ein Interview mit ihm zu weiteren wertvollen Erkenntnissen hinsichtlich „Visionen im Kontext von Beruf und Berufung“ führen.

*Ich bin sehr froh darüber, dass sich diese fünf wunderbaren Menschen für ein Interview zur Verfügung gestellt haben. Sie alle sind mir mit großer Herzoffenheit und Weisheit begegnet. Das Interview mit EL VIEJO ist als das herausforderndste zu betrachten, weil die Antworten sehr auf seine Heilungsarbeit bezogen waren. Die Übersetzungsleistung – war von daher nicht nur aufgrund des Spanischen – äußerst schwierig. Jeder von den fünf Experten hat völlig neue und bereichernde Aspekte zum Thema beigetragen und damit eine Mehrdimensionalität und Weitsicht ermöglicht.*

## 6.1 VERSTÄNDNIS DER EXPERTEN VOM BEGRIFF VISIONEN

Die Originalfrage lautete: „Was verstehen Sie unter dem Begriff Visionen?“

Die Definition des Begriffes Visionen seitens der interviewten Experten ließ wertvolle Bereicherungen gegenüber der zuvor betrachteten Literatur entstehen.

HANS KREIS (der in Deutschland tätige Coach und Autor) grenzt Vision zunächst sehr stark von Ziel ab. Das Ziel habe an sich den Vorteil, dass man eine Konzentration auf etwas hat, aber es habe den Nachteil, dass man auf das große Bild drum herum verzichtet. Damit würden Ziele eng machen. Visionen hingegen seien weiter gefasst. Er betont in Bezug auf Visionen, dass diese viel mit Freiheit zu tun haben. Ebenso wie Liebe mit Freiheit etwas zu tun habe – sich bedinge.

JOACHIM KAMPHAUSEN (der Eigentümer der gleichnamigen Verlags-/Mediengruppe) grenzt Vision und Ziel nicht so stark voneinander ab. Er spricht diesbezüglich von einem offenen Zielsystem, bei dem man energetisch mit seinem Kern verbunden sei und in das bestenfalls eine Lebensaufgabe münde – und zwar nicht nur in dem Ziel, sondern auch in dem Weg zu diesem Ziel hin.

Eine weitere Abgrenzung, die ähnlich auch in der Auseinandersetzung mit der Literatur erfolgte, ist Vision im Vergleich zur Utopie. Hier macht KREIS einen geschichtlichen Rückgriff auf das 17./18. Jahrhundert, bis zu dem Vision und Utopie demnach sehr ähnlich gewesen seien. Seit dieser Zeit scheine Utopie jedoch eher etwas Schreckliches (Weltuntergang o. ä.) zu sein und drücke die zu befürchtende Zukunft aus.

KREIS betont weiterhin, dass Visionen mit Sinn zu tun haben und dass sich Sinn laut von ihm befragter Sprachwissenschaftler von dem Wort „Sinto“, was der Weg bedeute, ableite (vgl. Interview KREIS, S. 4, Z. 17/18). Wenn man folglich sinnvoll lebe, sei man auf dem Weg.

BRETZ (der Begründer der Yoga-Vidya-Zentren) versteht unter Vision – als eine von zwei Bedeutungen – eine übergeordnete Mission, die man im Leben sehe, wie eine Berufung. Ähnlich wie bei KREIS sei Vision als eine tiefe Überzeugung zu verstehen, dass das Leben einen konkreten Sinn habe, „eine Sicht, wo man sieht, das könnte sein, das will ich erreichen, dafür will ich tätig sein“, (Interview BRETZ, S. 34, Z. 10/11).

EL VIEJO (der peruanische Schamane) definiert Vision als den langen, undefinierten Weg, der innerhalb dieser Route existiere. Vision sei eine vorausschauende/vorhergehende Zukunft, die einem noch nicht vertraut ist. Innerhalb dieses Weges könne man das Gute vom Schlechten trennen.

*In seiner blumigen südamerikanischen Mundart sagt er: „Das Ziel ist die Trennung von dem Schlechten und Guten, die Aufmerksamkeit auf Projekte zu legen – große Projekte, die du haben könntest –, aber nicht zu große, denn die einfachen Dinge sind die besseren im Leben. Die wunderbaren Dinge kommen nur zu dir, wenn du sanftmütig bist, wenn du nicht hochmütig bist, wenn du nicht eifersüchtig bist und wenn du in Harmonie mit deinen Freunden und deiner Familie lebst“ (Übersetzung Interview EL VIEJO, S. 26, Z. 33-38).*

*Mit dieser Beschreibung kommt er dem, was KREIS nachfolgend anspricht, sehr nahe, obwohl EL VIEJO in einem völlig anderen Kulturkreis lebt und wirkt und Heilungsarbeit durchführt. Dort hat er nach eigenen Angaben sein Wissen nie in der Universität erlernt, sondern aus der Praxis einer langen Heiltradition seiner Familie am Amazonas. Dennoch deckt sich sein Verständnis auf sehr ähnliche Weise mit dem von KREIS.*

Für KREIS ist Vision eine vorweggenommene Wirklichkeit. Da Vision von „visere“, also von sehen komme, stellt er sich die Frage: „Was sehe ich von dem, was werden will?“ (Interview KREIS, S. 4, Z. 22/23) und legt die Betonung dabei stark auf „was werden will“. Damit ist laut KREIS eine ganz andere Einstellung verbunden, als z. B. beim Erreichen von Zielen, eine nämlich, die mit Demut, mit Geschehen lassen können, mit Hingabe, ja auch Liebe und Verschmelzung zu tun hat. *KREIS hebt hier den spirituellen Ansatz von Vision hervor. Weniger spirituell, aber dennoch sehr eindringlich*

ist sein Vergleich, den er aufgrund der Beobachtung von Surfern gemacht hat: „Die schlechten Surfer wollen was erzwingen und die guten Surfer, die segeln mit dem Wind und dann habe ich Gestaltungsmöglichkeiten. Und so ist Vision. Ich segele mit einem Mega-Wind in mir, also nicht von außen, sondern in mir, aber ich habe Gestaltungsmöglichkeiten, dadurch, dass ich Sehender bin.“ (ebd., Z. 40-44).

Aus diesen Schilderungen lässt sich eine gewisse bescheidene und demütige Haltung entnehmen, die es für den Umgang mit Visionen braucht. KREIS beschreibt Visionen danach mit Fähigkeiten und Einstellungen, die aufgrund der Literaturbetrachtung dem Ausüben einer Berufung zugeordnet werden können.

Wichtig ist noch, wie KREIS betont, dass in Vision gleichsam die Tat stecke. Er zieht den Vergleich der LILITH – eine alte Gottheit, die bei der Erschaffung der Welt eine Rolle spielte (vgl. WIKIPEDIA, 16.06.2011) – hinzu, die einerseits den weiblich empfangenden Teil und gleichzeitig den aggressiven, tätigen Anteil – auf die Dinge zugehenden Aspekt – verkörpere.

BRETZ unterscheidet als zweite Bedeutung von Vision die in der mystischen Tradition verbreitete „Schau Gottes“ – als eine tiefere meditative Erfahrung von Gottes Gegenwart, die verbunden sein könne mit Licht, einer Wahrnehmung, einer großen Liebe und einer großen Freude. Diese Betrachtung finde man sowohl bei den christlichen Mystikern als auch unter dem indischen Begriff „Darshan“, der in dem Sinne heiße, dass man Gott wahrnimmt und sieht. BRETZ betont, dass es bestimmte Praktiken gebe, deren Ziel es sei, „Darshan“ von Gott zu haben, also nicht mehr nur an Gott zu glauben, sondern ihn wahrzunehmen. Wenn man Vision unter diesem Gesichtspunkt betrachtet und die Schau Gottes mit Vision gleichgesetzt werden kann, dann können Visionen mit bestimmten Praktiken, z. B. innerhalb des Yoga, gefördert werden.

BRETZ betont weiter, dass eine wirklich tiefe Vision, die auch länger trägt, eine sei, die nicht wirklich vom eigenen Ich, sondern von etwas Übergeordnetem kommt. Umgekehrt sei eine echte Vision Gottes, die nicht einfach so

ein emotionales Wohlbefinden ist, immer auch verbunden mit einem Berufungserlebnis. Das unterscheidet letztlich eine tiefe Vision von den einfachen Lichtern und Schatten, die man auch mal in der Meditation haben könne.

Darüber hinaus nennt BRETZ noch einen sehr wertvollen Aspekt von Vision, der so nicht in der Literatur gefunden wurde: „Es gibt auch Leute, die sind von irgendeiner Mission überzeugt und bringen so viele Menschen ins Unglück. Das ist auch die Gefahr von Vision. Auch die größte Vision muss von ethischen Grundsätzen begleitet sein und wenn jemand dann tatsächlich erfolgreich wird, dann gelten die Menschenrechte als das, woran man sich zu halten hat.“ (Interview BRETZ, S. 34, Z. 41-45).

Gerade wir Deutschen mit unserer geschichtlichen Vergangenheit um Hitler seien vorsichtiger als z. B. die Amerikaner mit dem Verfolgen einer Vision, worauf BRETZ auch an späterer Stelle im Interview (s. S. 40, Z. 28-32) eingeht. *Das ist einerseits verständlich, andererseits verdeutlicht dies auch die Schwierigkeiten beim Entstehen von Visionen.*

Visionen haben eine stark motivierende Wirkung. Die Expertin LEELA MATA (die indische Yogameisterin) bestätigt das in ihrem Verständnis von Vision. „Vision sollte etwas sehr Inspirierendes sein – etwas, dass dir helfen kann, dich in eine bestimmte Richtung hin zu bewegen. Wenn du eine Vision hast, wird es einfacher, dich wirklich selbst zu motivieren. Die Vision zieht dich eigentlich“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 55, Z. 4-6).

*Die motivierende Wirkung einer Vision entsteht quasi aus sich selbst heraus, was hier damit beschrieben wird, dass sie einen zieht.*

EL VIEJO bringt noch einen anderen Aspekt von Visionen aus seinem Arbeitsbereich hinzu, der auf die Kraft unserer Gedanken und Überzeugungen im Hinblick auf Gesundheit und Krankheit abzielt, aber aus meiner Sicht auch auf diesen Kontext übertragbar ist. Wenn man in einer visionären Form spricht, spreche man über eine körperliche und spirituelle Entwicklung und von einer futuristischen visionären Entwicklung. Dazu folgendes Beispiel von ihm: „Also, wenn ich mit dir rede, z. B., frage ich dich: Was ist DEINE

Krankheit? Wenn ich sage, DEINE Krankheit, ist es DEINE Vision, dass du etwas hast. Und wenn du mir antwortest: MEINE Krankheit ist, dann erwirbst du diese Krankheit“ (Übersetzung Interview EL VIEJO, S. 26, 40-42).

*Er verdeutlicht mit dieser Aussage, dass eine Vision im Positiven (Gesundheit und Heilung) genauso kraftvoll wie im Negativen (Krankheit) wirken kann und wie wichtig es daher ist, einen Zustand nicht als absolut und unveränderlich zu beschreiben.*

*Fazit:*

*Die unterschiedlichen Sichtweisen, die die fünf Experten zum Visionsverständnis hervorgebracht haben, sind sehr interessant. Die Annahmen hinsichtlich der positiv motivierenden Kraft von Visionen wurden bestärkt. Auch die spirituelle Verbindung hin zu einer höheren, göttlichen oder innerseelischen Instanz (wie z. B. die Intuition) wurde mehrfach erwähnt. Deutlich ist geworden, dass Visionen und Ziele nicht dasselbe sind, was so auch in der Literatur zu finden war. Aufgrund des bisher Gesagten, sind Visionen förderbar – nicht unbedingt direkt, aber indirekt. Manche Visionen, in denen auch eine Berufung angesiedelt zu sein scheint (die sog. großen Visionen), werden jedoch eher als ein passiver Akt empfangen. Bereits die Antworten der Experten auf diese Frage bringen neue Erkenntnisse in die Betrachtung des Themas, die in der Auseinandersetzung mit der Literatur so nicht zu finden waren.*

## 6.2 VISIONSARTEN

Die Originalfrage lautete: „Gibt es aus Ihrer Sicht unterschiedliche Arten von Visionen?“

Diese Frage wurde erst nach dem ersten Experten-Interview (KREIS) ergänzend mit in den Fragebogen aufgenommen, weil sich eine Differenzierung als sinnvoll herausgestellt hatte.

KAMPHAUSEN geht davon aus, dass es unterschiedliche Arten von Visionen gibt. Diesbezüglich könne es entscheidend sein, wo man gerade im Leben steht und ob die grundlegenden Bedürfnisse befriedigt sind. Solange dies nicht der Fall ist, werde sich die eigene Vision eher auf deren Erfüllung ausrichten. Erst wenn die persönlichen Belange befriedigt sind, könne sich die Vision auch auf das Wohl der anderen ausrichten. Mit dem Grad der eigenen Bewusstseinsentwicklung entstehen demnach auch andere Visionen.

*Nach dieser Auffassung spielt der Grad der Bewusstseinsentwicklung eine Rolle dabei, welche Visionen ein Mensch hat und ob diese mehr auf das persönliche oder eher das kollektive Wohl ausgerichtet sind.*

Ein weiterer Punkt ist nach KAMPHAUSEN die interkulturelle Differenzierung. Im indischen Kulturraum gehe man bei manchen Menschen vom Vorhandensein eines Darshans aus, wonach diese Menschen eine Berufung oder eine bestimmte, von Gott gegebene Aufgabe, haben. Hier fänden sich dann auch Visionen wieder. Der andere Teil der Bevölkerung suche nicht einmal nach seiner Berufung, sondern akzeptiere sich mit den vorhandenen Fähigkeiten. KAMPHAUSEN verweist weiterführend auf den indianischen Kontext, bei dem die Visionssuche zur Selbstfindung kulturell verankert sei und bedauert diesen Mangel in unserem Bildungssystem.

LEELA MATA, die ja aus dem indischen Kulturkreis stammt, geht zwar davon aus, dass Menschen verschiedene Arten von Visionen haben, aber dass letztlich alle Visionen zu Wachstum und Erleuchtung führen würden. Die Wege, die Menschen beschreiten, um dorthin zu gelangen seien allerdings

unterschiedlich und gingen mit den spezifischen Talenten, dem, was sie inspiriert und auch mit der jeweiligen Berufung einher. Zu Beginn sei vielleicht nicht wirklich eine Vision sichtbar, aber man könne damit anfangen zu fühlen, was man wirklich tun möchte und was einem ein gutes Gefühl gibt. Von da an beginne die Vision zu wachsen. Aus ihrer Sicht wächst eine gute Vision mit einem mit.

*LEELA MATA differenziert Visionen nicht in unterschiedliche Arten, geht aber davon aus, dass sie sich im Laufe der persönlichen Weiterentwicklung mitverändern.*

BRETZ differenziert Visionen (zu der in 6.1 erfolgten Unterscheidung) weiter in kleine, mittlere und große Visionen. Eine große Vision habe die Kraft, Andere zu beflügeln und mitzureißen. Menschen könnten aber auch kleine Visionen haben, die sie vielleicht für die größeren Visionen öffnen, indem die eigene Perspektive irgendwo über das Alltägliche – das, was momentan dran sei – hinaus erweitert wird und sich dann immer weiter öffne.

BRETZ betont, dass nicht jeder Mensch diese großen Visionen haben müsse. Allein durch eine gewisse spirituelle Ausrichtung hinsichtlich eines Zieles, lasse sich dieses leichter erreichen. Denn eine Vision gebe generell (*also egal welcher Art*) Energie, Kraft und Vertrauen und vermittele irgendwo eine Richtung. Eine Richtung – bei deren Vorstellung der Bauch kribbelt oder sich das Herz öffnet oder eine Ruhe entsteht und es dann auch nichts mehr mache, wenn man zwischendurch mal umkippt oder sich die Knie blutig schlägt, weil man dann trotzdem wieder aufstehen könne (vgl. Interview BRETZ, S. 35, Z. 37-41).

*Diese Aussagen bestätigen erneut die kraftvolle, motivationsfördernde und richtungsweisende Wirkung von Visionen.*

BRETZ vergleicht Visionen weiterhin nach einem alten Yoga-Beispiel mit Sternen. In früheren Zeiten, als es noch keinen Kompass gab, hätten sich Menschen nach den Sternen gerichtet, um irgendwie in den Hafen zu kommen. „Sie haben typischerweise nie den Stern erreicht, aber indem sie dem



Stern gefolgt sind, sind sie am Hafen angekommen“ (ebd., Z. 45-47). BRETZ untermauert dieses Beispiel mit einem Rückgriff auf die Meister seiner Tradition und führt an, dass man auch sagen könne, sie alle seien gescheitert mit ihrer Vision, dass die Welt ein friedlicher Ort wird, aber sie alle hätten einen Beitrag geleistet für einen Frieden und den Samen dafür gesät, mit dem Yoga.

In diesem Zusammenhang geht BRETZ auf die Vor- und Nachteile der unterschiedlichen Arten von Visionen ein. Große Visionen hätten ihre Vor- und Nachteile. Manchmal ziehe es einen, manchmal treibe es einen, manchmal frustriere es einen auch, weil man sieht, dass es da noch sehr viel Weg hin gibt. Aber es richte die Energien irgendwie aus. Bei einer großen Vision sei es nicht erheblich, ob man das erreicht oder ob es vielleicht ein Nachfolger oder auch jemand anders aufgreift, jemand aus einem ganz anderen Kontext, aber es gehe in diese Richtung.

Kleine Visionen hätten den Vorteil, dass sie eher erreichbar sind und den Nachteil, dass wenn sie erreicht wurden, sich die Frage stelle, was dann zu tun ist. Kleine Visionen hätten aber noch einen weiteren Nachteil: Manchmal würden sie ganz konkret unmöglich. Eine große Vision werde zwar vermutlich nie voll erreicht, aber sie wird auch nie so voll unmöglich, dass man nicht die nächsten Schritte dorthin machen kann, so BRETZ.

Fazit:

Diese Differenzierungen sind für die Auseinandersetzung mit dem Thema äußerst wertvoll und auch neu. Sie verdeutlichen im Vergleich zur Literaturbetrachtung die Vielschichtigkeit des Phänomens Vision und liefern wesentliche Erkenntnisse darüber, was für die Förderung von Visionen relevant ist. Demnach lässt sich aufgrund des eben Dargestellten zusammenfassen, dass große Visionen zwar nicht willentlich förderbar sind, aber dass sie, was Kraft, Begeisterung etc. anbelangt eine stärkere Wirkung haben. Sie werden nie voll unmöglich und bergen damit eine immer währende Hoffnung und Motivation, wenn dem Visionär klar ist, dass es in der Natur dieser Art von Vision liegt, dass sie nicht zwingend von ihm erreicht werden muss oder gar nicht erreicht werden kann – ebenso wie der Stern im vorangegangenen Vergleich. Kleine Visionen hingegen haben diese Endlichkeit, die mit dem Ankommen im Hafen verglichen werden kann. Aber danach taucht die Frage auf, was als nächstes dran ist. Sie haben damit keine so andauernde Kraft und bergen die Gefahr des konkreten Scheiterns in sich. Insgesamt lässt sich der Schluss ziehen, dass es unterschiedliche Arten von Visionen gibt – wobei das nicht wirklich entscheidend ist, weil sie sich im Laufe der Bewusstseinsentwicklung eines Menschen wahrscheinlich automatisch mit ihm mit verändern – von kleineren hin zu größeren Visionen.

### 6.3 VISIONSVERSTÄNDNIS IM KULTURKREIS DER EXPERTEN

Hier lautete die Frage an die Experten: „Welches Verständnis hat man in Ihrem Kulturkreis von Visionen?“

KREIS geht davon aus, die Sehnsucht, in etwas hineinschauen zu können und dadurch Mitgestalter der Zukunft zu sein, betreffe alle Kulturen und werde schon seit 5000 Jahren u. a. durch Orakel und Astrologie betrieben. Da dieses Thema ein kollektives Menschheitsthema sei, sei viel wesentlicher, was in einer Kultur wichtig ist. Welches Verständnis hätten zum Beispiel Asiaten und was ist ihnen wichtig zu sehen? Sie seien kollektiv und wollen in Richtung Familienverbund etwas sehen, weshalb dort das Individuum nicht so wichtig sei. „Darum ist ja z. B. auch eine westlich geprägte Therapie für die uninteressant“, so KREIS (Interview KREIS, S. 5, Z. 14-15).

Die westlich orientierten Menschen seien mit der Wende zum Jahr 2000 in eine Gesellschaft der Selbstverwirklichung eingetreten. Das bedeute: zuerst verwirklicht man sich selbst und dann hilft man den anderen sich selbst zu verwirklichen – und zwar in der Reihenfolge. Insofern sei die Vision, die der westlich Geprägte haben will, eine Vision, die ihn und sein Leben und die Qualität seines Lebens betrifft, sprich sein Glück. „Wie verwirkliche ich mich selbst?, ist das Thema aller Therapien. Wie kommt Sinn in unser Leben?“, so KREIS (ebd., Z. 26-27).

Den tief ökologisch orientierten Völkern hingegen sei wichtig zu sehen, was sie verbindet, einheitlich mit dem Ganzen zu sein, also sprich, mit der Natur, auch mit dem Spirituellen. Sie wollten nicht sehen, ob sie morgen einen neuen Wigwam kriegen. Dies sei nicht die Wirklichkeit für sie. Afrikaner z. B. würden nie sagen: „Ich möchte eine Vision sehen, welche Bedeutung ich in diesem Universum habe. Das ist für die Wurst“ (KREIS ebd., Z. 31-32).

*Laut KREIS gibt es damit wesentliche kulturelle Unterschiede im Hinblick auf Visionen. In unserem Kulturkreis steht danach zunächst das eigene Glück in den Vordergrund.*

KAMPHAUSEN geht davon aus, dass Visionssuche in unserer Kultur nicht Teil eines ganz normalen Wachstums- und Entwicklungsprozesses sei.

LEELA MATA – die im indischen Kulturkreis aufgewachsen ist – äußert, dass Vision bei ihnen immer mit Gott zu tun habe, mit Realisierung, mit Kenntnis des Selbst und eines harmonischen Hinarbeitens dort hin. Hierbei spreche man von Darshan. Für manche Menschen sei das wie eine Form, wie die Gestalt von KRISHNA (indische Gottheit) oder die Gestalt von RAMA (ebenso), aber die Idee sei, diese in allen Aspekten der Kreation zu sehen. So sei es nicht nur ein Objekt, sondern etwas, das sich überall hin verteilt und auch in einem selbst ist. Es sei eine große kosmische, spirituelle Sichtweise, bei der jeder Gott dienen wolle. Dieses Verständnis hat man in ihrem Kulturkreis von Visionen.

In Indien, so BRETZ, geht man nicht davon aus, dass jeder Mensch seine große Vision findet. Dort hätten die meisten Menschen ihr „Dharma“ – das, was sie zu tun haben. Dieses ergebe sich aus einer Mischung der Umstände und dem, was nach ihrem inneren Gefühl das Richtige ist. Es gebe dort den Ausdruck „Swarupa und Swabhava“, also die inneren Talente und die inneren Fähigkeiten. Die setze man in dem Maße ein, wie man es kann. Man gehe aber auch davon aus, dass Menschen berührt werden können (von Gott). Sie können dieses Darshan haben. Dann könne man ihnen durchaus folgen, nicht bedingungslos, sondern auch im Rahmen von dem, was dharmisch verantwortlich ist.

Da LEELA MATA seit vielen Jahren in den USA lebt, ergänzt sie auch deren Verständnis von Visionen. In Amerika sind Visionen aus ihrer Sicht materialistischer als in Indien. Der amerikanische Traum eines guten Lebens sei materialistisch. Wenn man allerdings auf dem materialistischen Weg gehe und alles bekommt, all die Dinge von denen man denkt, dass sie das Leben glücklicher machen und dann herausfindet, sie tun es nicht, dann beginne man sich die Frage zu stellen: Worum geht es eigentlich? Wozu ist mein Leben da und warum bin ich hier? „Und dann beginnen diese Fragen eine neue

Vision in dir zu erwecken“, so LEELA MATA (Übersetzung Interview, S. 56, Z. 1/2)

BRETZ hat den Vorteil des Vergleiches dreier Kulturkreise, in denen er jeweils selbst längere Zeit gelebt hat: Deutschland, Indien und die USA. Von diesen drei Kulturkreisen vermutet er, historisch gesehen, dass in Deutschland Visionen nicht ganz so bedeutsam für die Mehrheit sind. Es habe zwar die große Phase der Sturm und Drang-Zeit und der deutschen Romantik gegeben, um dieser Vision auch eine Kraft zu verleihen, aber ansonsten neigten die Deutschen mehr dazu, das zu tun, was gerade nötig gewesen sei. Obgleich auch MARTIN LUTHER, der manchmal als der Ur-Deutsche bezeichnet werde, eine Vision hatte. Er habe die Vision vom Blitz gehabt, weshalb er zum Mönch geworden ist. Dann habe er die Vision gehabt, als der Teufel ihn versucht und mit einem Tintenfass nach ihm geworfen habe. Dann habe er die Vision der Rechtfertigungslehre bekommen oder darüber, wie man erlöst wird. Dann habe diese Vision ihn geprägt, was ihn jedoch nicht davon abgehalten habe auch schlimme Sachen zu machen: Bauernkriege, Judenfrage usw. Vision sei in Deutschland aber sicher weniger bedeutsam als in Amerika, so BRETZ (vgl. Interview, S. 38/39).

Die Bedeutung von Visionen sei in Amerika (im Vergleich der drei Kulturkreise: Indien, Amerika, Deutschland) am höchsten. Dort sei es ein Wert in der Gesellschaft, seiner Vision bzw. seinem Traum zu folgen und notfalls alle Zelte abubrechen. Da hätten die Amerikaner keine Hemmungen. Wenn sie feststellten, das klappe so nicht, würden sie eben etwas anderes machen. Deshalb vertritt BRETZ die Überzeugung, die Amerikaner werden auch aus der jetzigen Finanzkrise (2008/2009) gut rauskommen. „Die erfinden sich immer wieder neu. Alte Vision kaputt, neue Vision da –, aber die Grundvision, die er vom Leben durchaus hatte, die bleibt da“ (ebd., S. 39, Z. 17 u. Z. 27/28).

Die Deutschen seien im Vergleich dazu die, die ihre Visionen am meisten zurückstellen. BRETZ verdeutlicht diesen kulturellen Unterschied zwischen Deutschland und den USA: „Wenn in den USA jemand eine verrückte Idee hat und von der getrieben wird, dann wird er dafür anerkannt. Wenn in

Deutschland jemand eine verrückte Idee hat und davon getrieben wird, da wird erst mal sein Verstand angezweifelt“ (ebd. S.39, Z. 49; S. 40, Z. 1-3).

In Amerika sei es aber fast schon so, als ob jeder seine kleine Vision leben muss. Wer keinen Traum hat, dem er mit seinem Herzen folgt, der sei nichts. Man mache nichts für weniger als kleine Träume. Ein Amerikaner würde sein Leben nicht erfüllt erleben, wenn er nicht weiß, er lebt seinen Traum – sei er nun klein oder groß –, so BRETZ weiter. In Deutschland sei es etwas anders. Vielleicht auch aufgrund der Geschichte mit den Nazis, die ja eigentlich auch eine große Vision gehabt hätten. Damit sei Vision negativ besetzt. „Da ist letztlich aus gutem Grund der Deutsche etwas vorsichtig geworden bei jemandem, der eine große Vision hat“ (Interview BRETZ, S. 40, Z. 30-32).

*Demzufolge haben es die Deutschen aus Sicht von BRETZ zunächst weniger in ihrer Kultur verankert, visionär in die Welt zu schauen. Weiter wurde auch die geschichtlich bedingte und von mir vermutete Angst der Deutschen vor Visionen aufgrund der zerstörerischen Vision (obwohl sie sich damit nicht wirklich als Vision bezeichnen lässt) der Nazis bestätigt. Danach scheint in Deutschland die Offenheit für Visionen tatsächlich – zumindest im Vergleich zu den USA – weniger gegeben zu sein.*

*EL VIEJO bezieht zwar seine Visions-Arbeit auf die Heilung des Körpers, doch lassen sich daraus meines Erachtens trotzdem Ansätze für die Arbeit mit Visionen zur beruflichen Zielfindung ableiten. Interessant sind die Parallelen zu den bisher in der Literatur erarbeiteten Definitionen in Bezug auf Visionen. Es finden sich im Interview mit EL VIEJO auch ähnliche Aussagen wie die von KREIS wieder, wenn es zum Beispiel um die Bedeutung von Vergangenheit im Hinblick auf Visionen geht.*

Im südamerikanischen Kulturkreis sei Vision demnach nicht nur ein Bild davon, was man in Zukunft machen wird, sondern sie spiegele auch das Innerste/das Innenleben wieder. EL VIEJO betont deutlich, dass Visionen nur funktionieren, wenn ein Mensch seine spirituelle Seite entwickelt. Am Beispiel seiner eigenen Vision „zu heilen“ erläutert er, wie wichtig es ist,

dass er sich in der Heilungszeremonie ganz hingibt und Vertrauen in das Leben und in die Natur habe. Des Weiteren lenkt er das Interview auf einen Aspekt, den auch KREIS erwähnt. Es ist die Qualität des Friedens, den die Menschen im Zusammenhang mit ihrer Vision entwickeln würden. Im Zustand dieser inneren Ruhe und Stille sei es möglich, das zu erhalten, was man bis dato nicht weiß. Wenn man das mit seinem Herzen erhält, seien die Türen zur Welt geöffnet, wie EL VIEJO es laut meiner Interpretation umschreibt (vgl. Übersetzung Interview S. 27, Z. 40-45).

*Fazit:*

*Nach dem Blick auf das Verständnis von Visionen in unterschiedlichen kulturellen Kontexten hat sich gezeigt, dass es durchaus gravierende Unterschiede gibt. Mit dem Blick auf das Verständnis von Visionen im deutschen Kulturraum ist am Deutlichsten, dass in anderen Kulturen eine kollektivere Ausrichtung bei dem Blick in die Zukunft vorhanden zu sein scheint und – wie im indischen Kulturraum – mit Vision meist eine göttliche Verbindung einhergeht. Weiterhin ist Vision im amerikanischen Kulturraum nach den Aussagen zweier Experten verbreiteter als bei uns, aber auch pragmatischer und materialistischer anzusehen. Eine Art Berufung scheint dort weniger mit Vision verknüpft zu sein. Es ist mehr der große Traum, den ein Individuum hat. Aber wie die Expertin LEELA MATA sagte, sei dies nicht wirklich bedeutsam, denn letztlich führten alle Visionen irgendwann zum gleichen Ziel.*

Wie der Weg dorthin aussehen kann, beschreibt KREIS sehr exemplarisch:

In unserem westlichen Kulturkreis schaue jeder auf sich selbst und möchte sich auf das Glück ausrichten. „Dieses Glück ist erst mal ein individuelles Glück. Und dann merkt er irgendwann, ich brauche, um glücklich zu sein, ein Du. Ich hab ein Ich, ich brauch ein Du, aber auch ein Wir. In der Reihenfolge. Ich werde ja nicht glücklich für mich selbst, um mich verwirklichen zu können, wenn ich mich nicht zum Beispiel liebevoll in einem Du widerspiegeln kann“ (Interview KREIS, S. 5., Z. 43-47). Jetzt wären wir beim Sinn. „Der Sinn sei laut Neurobiologie nichts anderes – also laut unserer ganzen chemischen Vorgänge – als mich in einer Beziehung bedeutend zu erleben. Dann fühle ich mich sinnvoll“ (ebd. Z. 47-49). „Ich suche meine

Bedeutung und merke irgendwann, halt mal, Selbstverwirklichung geht ja nur, wenn ich ein Du und Aufgehobensein habe, weil die Liebe, die fließt ja nur dann, wenn Gegensätzliches sich vereinigt. Also brauche ich ja was Gegensätzliches (lacht). Und da kommt das Verrückte, dass ich das in mir tatsächlich finde, aber ich habe trotzdem ein Ungenügen. Und da kommen wir zum nächsten Punkt, der Sehnsucht. Also, ich habe ein Ungenügen, in mir alleine Gegensätze zu vereinen – es will immer auch nach außen drängen, weil ich als Mensch ein Individuum und zugleich ein Wesen der Gemeinschaft bin“ (KREIS, S. 6, Z. 7-13). Die Neurobiologie sage diesbezüglich Folgendes: „Jeder – wir in unserer Gesellschaft hier – geht über das Ich zum Du. In dem Maße, in dem ich mich meiner Vision entsprechend entwickle, also sprich, selbst verwirkliche, kann ich auch andere lieben. Das eine ist der Liebesakt zu mir und das hat eine Beziehung zum Du – eine Entsprechung, ja, und das ist spannend“, so KREIS (ebd. Z. 16-19).

*Um Sinn zu erfahren führt laut KREIS eine Vision vom Ich zum Du und weiter zum Wir, weil der Mensch auch ein Gemeinschaftswesen ist. Sehr spannend sind seine Anführungen aus der Neurobiologie, die als Rückschluss bedeuten könnten, dass im Zuge dieser Entwicklung einer Vision auch eine wachsende Liebesfähigkeit entsteht. Das ist ein neuer Ansatz, den ich in der Literaturbetrachtung so nicht gefunden habe. Er ist für den Kontext Beruf und Berufung insofern interessant, da er diesbezügliche Visionen in einen ganz anderen Sinnkontext stellt. Dadurch lässt sich aber vielleicht auch erklären, warum Menschen, wie z. B. MUTTER TERESA, mit so viel Güte und Liebe für die Menschen gehandelt haben.*



## 6.4 NUTZEN VON VISIONEN AUS SICHT DER EXPERTEN

Die Frage an die Experten lautete: „Wozu können Visionen bei einem Menschen hilfreich sein?“

KREIS äußerte bei seinem Verständnis von Visionen in Kapitel 6.1 bereits, dass in Vision auch die Tat stecke. Weil man in das, was vor einem liege, hineinsehen kann, könne man auf die Sachen zugehen und zwar, weil man sieht. Dadurch entstünden auch Gestaltungsmöglichkeiten.

An oberster Stelle steht aus seiner Sicht allerdings der sinnstiftende Charakter einer Vision. Wenn die Gemeinschaft das Ganze umschreibt, vergleichbar mit einem Mosaikbild, dann sei das Ganze nicht vollständig, wenn nicht auch das kleinste Teilchen sinnvoll reingelegt ist. Als Menschen hätten wir eine Sehnsucht in uns, als dieses kleinste Teilchen erkannt und eingebunden zu sein. Dafür müsse man aber herausfinden, was für ein Teilchen man ist. Das bedeutet allerdings nicht, dass man unbedingt die Gnade habe, die gesamte Vision auf einmal zu sehen, weshalb KREIS auch von der „Gnade des nächsten Schrittes“ (Interview KREIS, S. 7, Z. 10) spricht, bei der die Sehnsucht zum nächsten Schritt führe und damit eine zentrale Rolle im Hinblick auf Visionen spielt. Er geht weiter davon aus, dass diese Sehnsucht uns in eine Ressource bringe, „die die stärkste Ressource der Welt überhaupt ist, die Liebe“ (ebd., S. 8, Z. 7/8). Damit sei die Liebe die größte Vision jedes Menschen – *was bereits im Punkt zuvor angeklungen ist*. Dies habe er auch in seiner Arbeit im Visions-Coaching erlebt, wo am Ende immer die Liebe komme und „hinter der Liebe ist der Frieden“ (ebd., Z. 12/13).

KAMPHAUSEN geht ähnlich wie KREIS davon aus, dass Visionen letztlich zur Verbindung beitragen. Demnach führen sie erst mal zu sich selbst, damit man begreifen könne, wer man ist. Weil man das begriffen habe, bekomme man eine Ahnung davon, wer die Anderen sind oder verstehe, warum die Anderen so sind, wie sie sind. Diesen Prozess betrachtet er als eine Voraussetzung dafür, dass man überhaupt zu einer Vision kommen kann. So entwickelt könne eine Vision nicht mehr nur dem eigenen Nutzen dienen, weil man erkannt habe, dass der eigene Nutzen sehr eng verbunden ist mit dem

Nutzen der Anderen. Daraus könne dann eine Wir-Kultur entstehen. Er betont, dass für die Menschen, die das durchlaufen, immer auch ein Stück Heilung für sie persönlich dabei sei, sie jedoch letztlich zu einer Art Heilungsgenerator für Gesellschaft und Kultur würden.

*Die Auffassung von KREIS und von KAMPHAUSEN lässt sich durch die Antworten der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu bestätigen. Sie gaben an, dass ein Gefühl davon entstanden sei, sich wieder verbunden zu fühlen mit den Anderen und mit dem großen Ganzen. Interessanterweise war das Erhalten von Visionen in Form von Bildern nicht vorrangig, sondern mehr Gefühle wie „Ich bin ruhiger, ich bin gelassener, ich habe wieder mehr Vertrauen in mich, in das Leben“ etc.*

KAMPHAUSEN bringt das Stichwort Vertrauen ins Spiel und bezieht sich dabei auf den Autor NIKLAS LUHMANN (Systemtheoretiker aus Bielefeld). Dieser habe festgestellt, dass wir ohne Vertrauen morgens nicht aufstehen können. Angstsituationen und auch all das, was Menschen im Wege steht, habe mit fehlendem Vertrauen zu tun. „Wenn ich im Vertrauen bin, wirklich tief mit dem Vertrauen verwurzelt bin, dann gibt es nichts mehr zu tun. Dann weiß ich auf eine bestimmte Weise, dass ich getragen bin und dass die Dinge, die zu erledigen sind, die kommen schon. Und in dem Maße, wie ich dann getragen bin, kann ich mich auf die Dinge, die kommen, konzentrieren und dann zeigt sich der Weg, der gegangen werden möchte“ (Interview KAMPHAUSEN, S. 69, Z. 30-34).

Er ergänzt noch, dass ein allgemeines Vertrauen in das Leben oder in das, was uns hier hält, alle anderen Formen von Vertrauen erzeuge und das Nichtvertrauen ein immenses Maß an Anspannung erzeuge. Daraus entstehe Angst und es werde eng und man könne nichts mehr wahrnehmen von dem, was aus einem herauskommen will. KAMPHAUSEN ist selbst früher auf Visionssuche gegangen, aber das würde er jetzt nicht mehr tun. „Nicht weil ich schon weiß, wo es hingehet, sondern weil ich tiefer in mir spüre, dass ich nicht den Hauch – nicht den Hauch – einer Vorstellung davon habe, was passieren kann in jedem Moment“ (ebd., S. 70, Z. 26-28). Aus seiner Sicht ist die Öffnung für das, was passiert, viel wertvoller. Auch die Fähigkeit, sich

demgegenüber zu öffnen, sei viel spannender, interessanter, ergiebiger und erfüllender als eine Vision zu haben.

*KAMPHAUSEN Einschätzungen haben mich sehr nachdenklich gemacht, denn in einer gewissen Weise würden sie Visionen – oder besser noch die aktive Suche danach – überflüssig machen. Sicher bedarf es beider Fähigkeiten. Dem Sein und Leben im Hier und Jetzt – was eine deutliche Entspannung mit sich bringt, weil dann Dinge im Vertrauen von selbst geschehen. Wenn man an einer Vision zu sehr festhält, dann verliert sie möglicherweise auch ihre kraftvolle Wirkung. Damit erachte ich aber die aktive Suche nach einer Vision nicht per se begrenzend, sondern eher die Vorstellungen davon, wie sie Gestalt annehmen soll. Ich stimme dennoch mit KAMPHAUSEN überein, denn letztlich war auch im Visions-Coaching Allgäu am Ende für die Teilnehmer nicht mehr so wichtig, ob sie eine Vision gefunden/bekommen haben oder nicht, sondern dass sie wieder Vertrauen in sich und ihre nächsten Schritte gefunden haben.*

KAMPHAUSEN ergänzt noch einen weiteren Punkt, der auf den Trend, sich Dinge beim Universum zu bestellen oder zu wünschen, abzielt und drückt diesbezüglich seine Skepsis aus. Diese Wünsche würden oft sehr stark aus dem Ego kommen und damit auch Enttäuschungserlebnisse beinhalten.

*Wünsche sind auch keine Visionen. Wünsche haben selten etwas mit dem tieferen Lebenssinn zu tun (wie in Kap. 2.1 im Beispiel von ZUR BONSEN das Verweilen unter Palmen am Strand genannt wurde, was keine Vision, sondern ein Wunsch ist).*

KAMPHAUSEN bekräftigt dies so, dass Wünsche eher auf die äußere Sehnsucht der Menschen abzielten und Visionen demzufolge eher aus einer tieferen, inneren Sehnsucht stammen, die möglicherweise jenseits des Egos liege. Wie BRETZ sagte, könne man an den kleineren Visionen auch scheitern, aber in den größeren Visionen stehe auch das Ego nicht an erster Stelle (also, das was man persönlich gerne hätte), sondern das, was möglichst vielen nutzt – womit sich die Einschätzungen der Experten ergänzen.

*Den Ansatz, das zu bekommen, was man will, habe ich im Rahmen der beruflichen Zielfindung auch lange verfolgt. Im Laufe der Zeit und speziell im Zuge der Visions-Arbeit mit dem Fokus auf Berufung zeigte sich jedoch, dass es neben dem Wollen verstärkt der Fähigkeit zur Hingabe bedarf. Denn Berufung hat – wie bereits in der Literatur und durch die Experten angeklungen ist – auch mit diesem passiven Akt und mit Hingabe zu tun. BRETZ beschreibt dies in seiner Vision (Kap. 6.10): Es sei dann nicht mehr darum gegangen, ob er das jetzt wollte oder nicht.*

BRETZ antwortet auf die Frage, wozu Visionen bei einem Menschen hilfreich sein können, dass sie das Leben ausrichten, Energie, Kraft und das Gefühl der Verbundenheit geben. Sie würden helfen zu einer Begeisterung zu finden und auch, dass man andere mit begeistern kann und dass man bei kleinen Fehlschlägen weiter mache.

Aus Sicht von EL VIEJO ist eine Vision nicht nur ein Bild davon, was man in Zukunft machen werde; sie spiegele auch das Innerste/das Innenleben wider. Visionen könnten in der Art für einen Menschen hilfreich sein, dass sie dieses Innere in der Welt manifestieren. Allerdings kann aus seiner Sicht Vision dabei nicht nur positiv und kraftvoll belegt sein, sondern auch als „schwere Energie“ (Übersetzung Interview EL VIEJO, S. 26, Z. 43), z. B. als Überzeugung von einer Krankheit, Form annehmen.

*Gibt es wirklich auch negative Visionen? Es gibt negative Einstellungen. Aber große Visionen (wie BRETZ sagte, echte Visionen Gottes), die von einer höheren Instanz kommen, können doch nicht negativ sein? Das scheint dann eher das zu sein, was der Visionär daraus macht. Wie zerstörerisch diese Handlungen ausgehen können, sieht man am Negativ-Beispiel von Hitler. Allerdings weigere ich mich einfach, das, was ihn angetrieben hat, als Vision zu bezeichnen. Denn sämtliche Kriterien, die bereits zum Visionsbegriff definiert wurden, waren bei ihm nicht gegeben (Ethik, Moral, Menschenrechte, Liebe, das Wohl aller Anderen etc.). Er hatte vielleicht eine charismatische Ausstrahlung und Größenwahnsinnige Vorstellungen – und leider hat er damit Menschen in seinen Bann gezogen und ins Verderben gestürzt. Eine Vision hatte er aus meiner Sicht jedoch keinesfalls.*

Durch Narzissmus geprägte Erwartungen an die Visionen könnten laut KREIS dazu führen, dass Menschen großartige Visionen haben oder Großartiges sein wollen. *Ein durchaus kritischer Punkt, wie eben deutlich wurde. „Die Hauptkrankheit heißt da Narzissmus. Und das hat auch meistens eine Erwartung in sich, ich möchte die großartigste Vision haben. Wenn einer sagt, ich war in meinem früheren Leben Nofretete oder ich war Cäsar (da hätte es ja dann 40.000 von denen gegeben)“, (Interview KREIS, S. 10, Z. 31-33). Aufgrund der bisherigen Auseinandersetzung sollte ein Mensch, der anfangs durch narzisstische Visionen angetrieben wurde, im Laufe der fortschreitenden Selbstverwirklichung quasi von selbst demütiger und bescheidener werden – spätestens dann, wenn ein Eingebundensein in ein größeres Ganzes erlebt wird. Bis dahin sind die Visionen vielleicht auch mit einer anderen Qualität versehen und weniger spirituell. Sie entsprechen also eher den kleineren Visionen, wie BRETZ sie unterschieden hat. Diese sind mehr persönlicher Natur. Je gemeinnütziger sie werden, desto weniger dürfte Narzissmus daher eine Rolle spielen.*

LEELA MATA vertritt die Auffassung, dass Visionen für einen Menschen sehr hilfreich sein können, weil sie wie eine stabile Kraft wirken. Man fühle sich nicht verloren oder deprimiert, weil man immer auf etwas Schönes schaut, zu dem man sich hin bewegt. Sie betont, wie wichtig es sei, Kindern eine Art Vision zu geben, damit ihr Leben immer aus ihnen selbst heraus ermutigt und motiviert ist.

## 6.5 ENTSTEHUNGSMÖGLICHKEITEN VON VISIONEN

Die Frage lautete im Interview: "Wie kommen Menschen zu Visionen?"

KREIS verfolgt im Coaching den Ansatz, die Ängste oder den Mangel von Menschen zu betrachten und die eigentlich dahinter liegende Sehnsucht und damit auch die Vision zu erkennen. Er geht davon aus, dass Menschen bestimmte Kernkompetenzen benötigen, um zu Visionen zu kommen. Diese gelte es zu erinnern oder überhaupt erst mal zu entwickeln. Als erste Kompetenz benennt er dabei Vertrauen, das ursprünglich durch eine sich immer mehr ritualisierende Beziehung zwischen dem Kind und einer Bezugsperson entwickelt werde, in der das Kind irgendwann begreift: „Ich bin nicht verloren. Ich bin nicht allein. Ich kann vertrauen“ (Interview KREIS, S. 9, Z. 22).

KREIS bezieht einen interessanten Ansatz aus der Neurobiologie mit ein, wonach wir mit einem Angst-Gen geboren werden, das aber erst nach dem Stress der Geburt langsam aktiviert werde. Die Vision des Kindes habe danach viel damit zu tun, sich ins Leben hinein fallen lassen zu können und das setze eine Schlüsselkompetenz voraus – Vertrauen. Wenn das Vertrauen da ist, gehe es darum, sich angenommen zu fühlen, was eine gewisse Achtsamkeit und Demut vom Gegenüber voraussetze. Eng verbunden damit sei die Schlüsselkompetenz der Hingabe (vgl. ebd., S. 9).

*KREIS geht damit weniger auf einen bestimmten äußeren Rahmen oder Aktivitäten ein, um Visionen zu bekommen, sondern vielmehr auf die Förderung und Reaktivierung von Kernkompetenzen und existenziellen Grundbedingungen aus frühester Kindheit. Vertrauen und das Gefühl von Angenommensein spielen dabei eine entscheidende Rolle.*

KAMPHAUSEN nennt eine Distanz zum Alltag, durch die man ein Verständnis davon bekommen könne, wer man ist und was man wirklich braucht, um sich dann im umfänglichen Sinne auf etwas ausrichten zu können, was einen wirklich nährt. Er glaubt, dass man dafür erst mal aus dem Hamsterrad, dem ständigen Machen und der dauernden Aktivität rauskommen müsse, um in Ruhe spüren zu können, was das wirklich ist. Diesen Schritt vergleicht

er mit dem Durchschreiten eines Nadelöhrs, wobei anfangs viel Anspannung, auch Ängste oder die Frage nach dem Sinn dieses Heraustretens auftauchen könnten.

Aufgrund eines selbst durchlaufenden Sabbatjahres berichtet KAMPHAUSEN, dass es zwar im ersten Moment sehr aufregend sein könne, auch mit Freiheit zu tun hat, aber im nächsten Moment auch nervig sei, weil der Ausstieg aus konditionierten Bewegungen und eine Neuausrichtung nicht einfach sind. Nach seiner Auffassung ist es daher für das Erlangen von Visionen wichtig, raus zu kommen aus dem Alltag, um eine ungestörte Selbstbegegnung zu erfahren. Dabei betont er zusätzlich, dass auch das Gesehenwerden und der Austausch über sich selbst mit Anderen wichtig seien, weshalb er eine Anleitung oder das gezielte Schaffen eines solchen Raumes befürwortet (vgl. Interview KAMPHAUSEN, S. 71).

KAMPHAUSEN merkte zuvor an, dass in unserem Kulturkreis Visionssuche nicht Teil eines normalen Wachstums- und Entwicklungsprozesses sei, sondern dass Menschen dazu eher von außen initiiert oder inspiriert werden. Er lenkt den Fokus vor dem Hintergrund der Frage, wie Menschen zu Visionen kommen, weiter auf das Durchschreiten einer Krise, in der man u. a. Werte, Möglichkeiten und Privilegien hinterfrage und vielleicht entdecke, dass es etwas mehr gibt. Gleiches gelte für Enttäuschungen oder auch erreichte Erfolge, die jeweils zu einer großen Leere führen könnten, wenn sich das Versprochene nicht einstellt. Dazu KAMPHAUSEN: „Dass beispielsweise finanzieller Erfolg nicht ein Gefühl der Sicherheit gibt und Karriere nicht ein Gefühl der Erfüllung gibt und dass dann in solchen Momenten so etwas wie aufwachen passiert und dass dieses Aufwachen dazu führt, dass man in sich schaut und ein Moment des Nichtwissens oder des Anfängergeistes sich einstellt und dann darüber eben halt das Bedürfnis entsteht, nach etwas Erweiterndem zu schauen“ (ebd., S. 66, Z. 35-39). Für all diese Auslöser gelte gleichermaßen, dass etwas in Gang kommt, wenn man den Blick von außen nach innen wendet und sich und sein Handeln, bisherige Wertvorstellungen etc. hinterfragt.

Es stellt sich die Frage, ob es unbedingt einer Begleitung für einen solchen Prozess bedarf oder ob nicht jeder Mensch auf natürliche Weise (z. B. durch eine Art Pilgern) zu dieser Innenschau gelangen kann. HAPE KERKELING hat mit seinem Buch „Ich bin dann mal weg“ quasi einen Trend, ein Bedürfnis aufgezeigt, das unserem Zeitgeist durchaus entspricht. Der Wunsch und die Notwendigkeit, sich in gewissen Phasen seines Lebens – wahrscheinlich an so genannten Wendepunkten – für eine begrenzte Zeit aus dem Gewohnten und Vertrauten raus zu ziehen, ist sichtbar steigend in unserer Gesellschaft.

*Das Draußensein in der Natur und das Gehen verkörpern nach meiner Einschätzung auch die Sehnsucht nach Ursprünglichkeit und Einfachheit, um jenseits aller künstlichen Ablenkungen und Errungenschaften wieder zu seinem wahren Wesenskern vorzudringen. Menschen in unserem Kulturkreis begeben sich somit bereits von alleine auf Visionssuche, ohne es derart zu benennen – und das mit wachsender Verbreitung. Aus den Antworten der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu lässt sich weiter entnehmen, dass sie über das Gehen ruhiger und gelassener wurden und ab einem gewissen Punkt automatisch vom Kopf in den Körper bzw. vom Denken ins Fühlen gelangen konnten. Auf dieser sinnlichen Wahrnehmungsebene und der Leere, die so entstehen kann, ist es auch möglich, Visionen oder richtungsweisende Impulse zu erhalten, was im Theorieteil ebenfalls aufgezeigt wurde.*

KAMPHAUSEN merkt zu meinen Überlegungen hinsichtlich einer Begleitung an, Konditionierungen oder auch die Rahmenbedingungen könnten so eng sein, „dass das nicht in einem selbst wächst, sondern dass man wirklich den Impuls von draußen braucht“ (Interview KAMPHAUSEN, S. 67, Z. 11-12). *Interessant ist, dass er draußen und nicht außen gesagt hat...* Er sei zutiefst davon überzeugt – das habe auch seinen Blick auf die Visionssuche verändert –, dass die Dinge in einem selbst hervortreten, wenn die Zeit reif ist. Er glaubt aber, dies setze voraus, in gewisser Weise schon eine bestimmte Transparenz erreicht zu haben, so dass vielleicht die Voraussetzungen bei den Menschen sehr unterschiedlich seien.

Er bekräftigt weiterhin den Ansatz von KREIS, dass hierfür entscheidend sei, dass die Grundbedürfnisse befriedigt sind, also ob man von den Eltern auch



genügend Liebe mitbekommen habe, um sich mit dem Leben verankern zu können. Es sei auch wichtig, ein Maß an Anerkennung und ein zu Hause zu haben, welches einen Rückhalt oder Hintergrund bildet, um darauf weitere Schritte machen zu können. Wenn dies alles nicht da ist, wäre es deutlich schwieriger, bestimmte Schritte zu machen. „Wenn also das Existenzielle nicht da ist, dann ist es schwer, zum Essenziellen vorzustoßen“ (ebd. S. 67, Z. 22-23).

*Damit wird ein heikler Punkt angestoßen. Was macht man, wenn das Existenzielle auf den unterschiedlichsten Ebenen sehr gelitten hat? Mit Hartz IV-Klientel habe ich ganz oft Menschen im Coaching, wo eben genau einige der zuvor genannten Grundbedürfnisse zu kurz gekommen sind. Viele Klienten sind entwurzelte Menschen, die ihre Ursprungsheimat verlassen haben. Bei ihnen geht es zunächst darum, ein Gefühl von Heimat – die letztlich ja im Innen ist – zu bekommen, damit überhaupt Schritte gegangen werden können. Eine wichtige Aufgabe oder eine Berufung kann Menschen durch einen tieferen Sinn Kraft vermitteln und zwar unabhängig davon, wo jemand herkommt oder wie brüchig sein „Grundboden“ ist.*

*KAMPHAUSEN entgegnet an dieser Stelle des Interviews etwas sehr Schönes, das mir noch nie jemand so gespiegelt hat: „Ich glaube, es ist wirklich ein Akt der Liebe. Also, so die Arbeit, die Sie machen, ist ganz eindeutig ein Akt der Liebe, aus meiner Sicht, weil Sie wirklich den Anderen sehen und wahrnehmen. Und manchmal ist das das erste Mal, dass sich jemand so gesehen und wahrgenommen fühlt und dann ist da sicher so eine Kraft, die auch diese Panzer brechen kann. Aber das braucht es [...] Das braucht es meines Erachtens zumindest, um den Kontakt zu sich aufnehmen zu können, nämlich wirklich dieses Gefühl der Wertschätzung, die man vielleicht gar nicht mehr für sich selbst hat, entwickeln können. Und daraus aber entsteht alles. Da kommt die Kraft zurück und die Lebendigkeit und das ist wie eine Weichenstellung. Und Sie können in vier Monaten wenig machen, aber die Weichenstellung, die können Sie machen. Und das ist mit diesem Akt der Liebe vielleicht schon vollziehbar. Und dann verändert sich möglicherweise alles, auch um den Menschen herum“ (Interview KAMPHAUSEN, S. 67, Z. 44-48 und S. 68, Z. 1-7). DANKE...*

Für EL VIEJO führt der Weg zu Visionen über den Körper. Wenn Menschen eine Frage hinsichtlich einer Vision haben, gehe er mit ihnen in den Körper hinein. Dabei gehe es darum, sich kennen zu lernen oder sich zu erinnern, wer man wirklich ist.

*Er betont damit die Wichtigkeit der Erinnerung, die ein wesentlicher Schritt auf dem Weg hin zu Visionen und wahrscheinlich auch zur Berufung ist.*

LEELA MATA geht davon aus, dass Menschen zu Visionen kommen, wenn alle Sinne zusammentreffen. Es gehe dabei um ein Fühlen und Sehen jenseits der normalen Wege. Aus ihrer Sicht sind Stille und Aufmerksamkeit sehr wichtig, diese starken Impulse zu fühlen, die man nicht immer verstehen möge, aber die aus der eigenen kreativen Energie zusammenfließen. „Es ist dein inneres Selbst, deine Intuition, die versucht, sich in Einklang zu bringen. Also, wenn wir runterschalten und still werden, können wir es hören. Stille ist sehr wichtig, um in Berührung mit dir selbst zu kommen und diese Vision zu initialisieren“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 56, Z. 24-27). „Eines Tages merkst du, dass irgendwie etwas in dir klar wird. Du bekommst eine Idee. Dann beginnt sie sich zu entwickeln, zu bewegen und von da an kommen größere und dann purzelt die Vision irgendwie zusammen und das Bild beginnt sich zu klären“ (ebd. Z. 16-19), sagt sie lachend.

BRETZ, der von unterschiedlichen Arten von Visionen ausgeht, sagt über die höhere Vision: „Die kommt oder sie kommt nicht. Förderbar ist sie schon, erzwingbar nicht. Das ist ein Aspekt von Gnade, aber er ist förderbar“ (Interview BRETZ, S. 41, Z. 16-17).

Für die so genannten mittleren Visionen bedarf es aus seiner Sicht auch einer Frage der Stille. Das könne durch ein Alleinsein in der Natur, Schweigen oder Meditieren geschehen – jedoch typischerweise, wenn man aus dem Alltag draußen ist. Nach Einschätzung von BRETZ geschehe dies in der gewohnten Umgebung seltener. Er selbst habe zwei große Visionen gehabt. Beide seien jedes Mal gekommen, nachdem er längere Zeit intensiv meditiert hat, nicht viel kommuniziert habe, sich an einem Ort höherer Schwingung (in einem Ashram) aufgehalten hat und damit auch in einer Art Zwi-

schenzustand gewesen sei. Wichtig ist aus seiner Sicht, irgendwie „aus dem normalen Kontext rauszugehen, sich nicht zu sehr abzulenken, ob es jetzt über Meditation, über Yoga-Übungen, Atemübungen im Ashram ist oder man das in der Natur macht, manche machen es durch Fasten“ (ebd., Z. 26-28). Es komme darauf an, in eine andere Wahrnehmungsebene zu gelangen, als die im Alltag übliche. In seinem Yoga-Ausbildungs-Zentrum beobachte er auch, dass z. B. innerhalb der vierwöchigen Yoga-Lehrer-Intensiv-Ausbildung viele Aspiranten am Ende eine klare Vision hätten im Sinne von „Ja, das ist meine Aufgabe“ (ebd., Z. 31). Dies sei zwar keine Vision der höheren Art oder auch anders bezeichnet keine große Vision, aber eine Vision des nächsten Schrittes, von der bereits auch KREIS sprach.

Ein weiterer wichtiger Aspekt sei die Zeitdauer, für die Menschen sich aus ihrem Alltag raus begeben sollten, damit sie Visionen fördern können. BRETZ geht davon aus, dass es mindestens einen Zeitraum von ein bis zwei Wochen erfordert. „Also meine Erfahrung ist halt, ein bis vier Wochen sind für so etwas gut. Darüber hinaus kommt man dann irgendwo in einen Trägheitszustand und letztlich, wenn man weiß, man hat jetzt eine unbestimmte Zeit, dann fehlt irgendetwas in dieser Intensität“ (ebd., Z. 44-46).

*Fazit:*

*Insgesamt lässt sich sagen, der Rückzug vom Alltag und von Gewohntem geht wesentlich mit der Förderung von Visionen einher. Man kann das mit dem Ausstieg aus dem Hamsterrad des Alltages umschreiben, wie KAMPHAUSEN betonte. Fast alle interviewten Experten sind sich darin einig, wie wichtig Stille, das Alleinsein, Meditieren etc. sind, um auf Impulse im Inneren achten zu können, die in dieser Haltung auftauchen. Ob es dabei um große Visionen oder kleine nächste Schritte und Handlungen geht, scheint nachrangig. Im Vergleich zu dem, was eingangs in der Auseinandersetzung mit der Literatur deutlich wurde, sind die Wege und Methoden, wie man zu Visionen gelangen kann, sehr ähnlich beschrieben. Es scheinen demnach äußere Rahmenbedingungen zu sein, die Visionen fördern, aber auch gezielte Techniken, mit denen man diesen Prozess mehr oder weniger intensiv fördern kann. In Hinblick auf das Visions-Coaching Allgäu lässt sich diesbezüglich sagen, genau dieser Abstand zum Alltag, der durch das intensive*

Draußensein in der Natur noch gefördert wird sowie die Zeiten des Alleinseins, scheinen eine wirkungsvolle Kombination gewesen zu sein.

Zwei Experten geben noch den Hinweis auf das Thema Vertrauen – in sich und das Leben –, das eng in Verbindung mit Visionen steht. Gerade Menschen, bei denen das Vertrauen entweder in frühester Kindheit oder durch akute Krisen gelitten hat, müssen dieses wieder aufbauen. Im Visions-Coaching Allgäu geschieht dies z. B. durch das Gehen und das Erleben in der Natur, aber auch durch moderate Risiken im Wagen von neuen Erfahrungen. Andererseits wurde das Vertrauen noch auf einer anderen Ebene gestärkt, auf der es in der Regel am meisten leidet: Auf der zwischenmenschlichen Ebene. Durch das Miteinander in der Gruppe erfuhren die Teilnehmer Halt und Unterstützung und ein Eingebundensein. Durch die Spiegelung der Leiter und die gegenseitigen Rückmeldungen der Anderen sowie durch aktive Anerkennung von sich selbst und anderen erlebten die Teilnehmer ein positives Angenommensein, wie die noch folgende Auswertung belegen wird.

Wer kein Vertrauen in sich, das Leben und andere Menschen hat, der ist letztlich voller Angst und Angst hat etwas mit Enge zu tun – und die steht im Gegensatz zur Weite von Visionen. Folglich scheint es eine gute Vorarbeit am Thema Vertrauen zu brauchen, damit Visionen entstehen können.

## 6.6 ASPEKTE ZUR FÖRDERUNG VON VISIONEN

Die Experten wurden Folgendes gefragt: „Kann man Visionen fördern? Wenn ja, wie genau fördern Sie Visionen bei den Menschen?“

KREIS führt seine Klienten durch einen sogenannten „Switch“ (den Wechsel von der Angst hin zur Sehnsucht – wie er dies definiert), in die Vision. Aus seiner Sicht bedarf es einer guten Intuition, damit der Coach ahnen kann, was die Sehnsucht hinter der Angst ist. In enger Verbindung dazu nennt er die Hingabefähigkeit, den Respekt, die Annahme und Achtung des Anderen sowie eine Trennungskompetenz des Coaches (vgl. Interview KREIS, S. 9, Z. 48/49 und S. 10, Z. 1-3).

*Dies sind alles auch Fähigkeiten, die Grundlagen für jede beratende oder therapeutische Tätigkeit sind. In der Arbeit mit Visionen scheinen die Intuition und Hingabefähigkeit – sofern sich das überhaupt voneinander trennen lässt – als Fähigkeiten des Coaches jedoch von besonderer Bedeutung zu sein. Im ersten Teil dieser Arbeit wurde in der Auseinandersetzung mit dem Begriff Visionen deutlich, wie wichtig die Intuition dabei ist. TEPPERWEIN unterscheidet diesbezüglich, auf welchen „Sinneskanälen“ die intuitiven Wahrnehmungen eines Menschen stattfinden können. So ist der Coach zunächst gefordert, seine eigene, gut geschulte Wahrnehmungsfähigkeit aktiv einzusetzen, um den Klienten zu seiner Vision zu navigieren, wie KREIS andeutet.*

Wenn man davon ausgehen kann, dass es unterschiedliche Arten von Visionen gibt (kleine, mittlere und größere nach BRETZ), dann sind große Visionen durch bestimmte Rahmenbedingungen und Aktivitäten förderbar, aber können nicht willentlich gestaltet werden. Auch kleinere Visionen erfordern bestimmte Rahmenbedingungen, wobei die Experten Stille und ein Heraus-treten aus dem Alltag als wesentliche Kriterien genannt haben. Dass Menschen selbst durch Atemübungen, Meditation, Fasten, Schweigen, Yoga-Übungen, bestimmte kreative Techniken etc. ihre eigenen Visionen fördern können, ist bereits deutlich geworden. Es stellt sich die Frage, ob man Menschen darüber hinaus gezielt fördern kann, Visionen zu bekommen.

LEELA MATA geht davon aus, dass man Menschen darin unterstützen kann. „Der Weg, wie du jemanden unterstützen würdest, wäre zu allererst, dass du die Idee von Vision verstehst und die Überzeugung hast, dass jeder in der Lage ist, große Träume zu haben. Und so kannst du eine Umgebung schaffen, die Stimulation zur Verfügung stellen, dass diese Art zu denken in die Person kommen kann“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 56, Z. 34-37). *Was sie damit ausdrückt, ist die innere visionäre Einstellung des Begleiters, die sich positiv auf den Schüler oder Klienten übertragen kann.* Weiterhin spricht sie die gute Atmosphäre an, auch den Raum für Stille, der geschaffen bzw. gehalten werden sollte, um den Menschen ein gutes Verständnis über sich selbst zu ermöglichen, ihnen ihr Potenzial zu zeigen oder ihnen Wege aufzuzeigen, ihr Potenzial zum Ausdruck zu bringen.

EL VIEJO betont die Förderung der Intuition als eine wichtige Voraussetzung für das Erlangen einer Vision. Denn um an ein Ziel zu gelangen, schneiden sich nach seiner Erfahrung die Menschen als erstes von ihrer Intuition ab. „Wenn sich jemand in eine neue Welt projiziert, ist das erste, was er macht, seine Intuition auszuschließen, um an sein Ziel zu gelangen“ (Übersetzung Interview EL VIEJO, S. 27, Z. 12/13).

BRETZ hebt erneut hervor: „Wer eine große Vision hat, der empfängt die eben als Geschenk, als Gnade, als Segen, der wird jetzt nie sagen, ich hab jetzt hart an meiner Vision gearbeitet und jetzt hab ich sie erreicht. Das ist dann etwas Heiliges“ (Interview BRETZ, S. 36, Z. 38-40).

Dennoch könne man etwas tun, um Visionen zu begünstigen. Die kleine Vision beinhalte ja etwas wie: Was hätte ich gerne in einem Jahr? Man denkt sich was aus, überlegt sich Szenarien, aber selbst da müsse eine Intuition dabei sein. „Und irgendwo spürt man dann, wo zieht es mich hin und wo scheint es zu sein und was hat eine solche Kraft mich zu ziehen, dass ich selbst dann weiter mache, wenn Hindernisse in den Weg kommen und wo ich bereit bin, etwas zu tun. Manche Menschen denken ja auch, wenn sie nur ihre Vision oder Mission gefunden hätten, dann würde alles von selbst gehen“ (ebd., Z. 44-48). *An dieser Stelle des Interviews wurde von beiden Interviewpartnern herzlich gelacht...*

*Meines Erachtens haben die großen Visionen mehr Kraft, weil sie nicht nur auf die persönlichen Bedürfnisse ausgerichtet sind. In der Auseinandersetzung mit der Literatur wurde deutlich, dass Menschen, die diese sogenannten großen Visionen bekommen haben, vielfach nicht darum gebeten haben und nichts getan haben, um diese Vision zu fördern, was den Aspekt der bereits mehrfach von den Experten erwähnten Gnade bestätigt.*

KREIS bezeichnet die Sehnsucht als Wegweiser zur Vision. Im Interview beschreibt er eine Übung, die er mit seinen Teilnehmern bei seiner Visions-Arbeit macht. Das Thema Erinnerung steht dabei im Mittelpunkt. Zunächst geht er mit seinen Klienten an die Wurzel der Ängste im gelebten Leben. Er lässt die Leute Stellen im Leben erinnern, wo sie viel Angst hatten und dann beschreiben, wie sie sich fühlen. In diesem Zustand seien auch die Visionen von Angst geprägt, von Enge und einem unguten Gefühl. Durch einen „Switch“ (dem Wechsel von der Angst zur Sehnsucht) fordere er die Klienten dann auf, sich gleichzeitig zu erinnern, wo sie ihrer Sehnsucht ganz nahe waren. Wenn dann Bilder auftauchen, erlebe er eine Weite bei den Menschen. „Und dann bist du ziemlich schnell in diesen spirituellen Dimensionen“ (Interview KREIS, S. 8, Z. 49; S. 9, Z. 1). Er betont ausdrücklich, das gehe nicht, wenn man angstvoll auf das bisherige Erlebte zurückblicke.

Eine ähnliche Aussage trifft auch der peruanische Schamane EL VIEJO. Der angstvolle Blick in die Vergangenheit verhindere das Entwickeln oder Erhalten von kraftvollen Visionen für die Zukunft. Dennoch ist die Angst ein wichtiger Schlüssel in der Arbeit mit Visionen. KREIS geht bewusst in die Angst hinein und von der Angst zur Sehnsucht gelangt er unmittelbar in die Vision. *Dies erachte ich auch für therapeutische Kontexte nicht als unerheblich. KREIS ist im Übrigen mit Kliniken in Kontakt, um eine neue Form der Visions-Therapie zu erarbeiten.*

Mit dem Erinnern entfällt aus Sicht von KREIS auch eine Suche, weshalb er sich mit seinem entwickelten Visions-Coaching auch von der Visions-Suche distanziert. Er betont sogar, dass Suche zur Sucht werde und das wiederum eng mache. *Das ist nachvollziehbar, denn Suche hat etwas Aktives, oft auch Getriebenes – ähnlich wie Sucht auch etwas Kompensatorisches, aus dem*

*Mangel Agierendes hat. Finden hingegen ist ein freier, fast zufälliger Akt, der mit großer Offenheit und Neugier einhergeht.*

*Und eine Vision kann man, so betrachtet, tatsächlich nicht aktiv suchen.*

## 6.7 EXPERTENBEOBACHTUNGEN IN DER VISIONSARBEIT

Die Originalfrage lautete: „Was beobachten Sie bei den Menschen, mit denen Sie arbeiten?“

KREIS beobachtet, dass erfolgsorientierte Menschen sehr zielorientiert seien und dadurch von einer sogenannten „Misserfolgs-Verhinderung angetrieben“ (Interview KREIS, S. 10, Z. 13) würden. Ob der Gewinn bei einem Unternehmen oder die Messlatte bei einem Hochspringer – bei beiden sei das erreichte Ziel beim nächsten Mal kein attraktives Ziel mehr, weil es immer einer Steigerung bedürfe. Er bezeichnet das Verhalten dieser Personen schließlich auch so, dass sie in einer selbstverachtenden und selbstzerstörerischen Art und Weise mit sich umgehen, was zu einem starken Mangelerleben an Freude, Sinn etc. führe. Die Arbeit mit Menschen, die derart geprägt seien, erfordert aus der Sicht von KREIS eine längere Zeit, da das narzisstische Verhalten erst aufgelöst werden müsse. Hingegen beobachte er bei Menschen, die „mindestens ein Scheitern schon hinter sich“ (ebd., Z. 24), hätten, dass diese sehr neugierig – fast kindlich neugierig und dankbar sind – und es in einer gewissen Demutshaltung als Gnade erleben würden, wenn sie Einblick in ihre Vision erhalten. Aber sie erwarteten nicht zwingend, jetzt eine Vision zu bekommen (vgl. ebd. Z. 22-29).

*Er bekräftigt damit meine Auffassung (vgl. 4.2), dass die Visions-Arbeit mit Menschen, die sich in einer Krise befinden oder diese bereits durchlaufen haben, nicht nur möglich, sondern sogar sehr sinnvoll ist. Voraussetzung für ein Coaching ist jedoch aus meiner Sicht, dass sich die Menschen nicht mehr als Opfer der Umstände oder eines Systems erleben, sondern die Verantwortung für ihr Glück und Handeln wieder in die eigenen Hände nehmen und das – z. B. durch den Schritt aus Hartz IV – realisieren.*



KREIS verdeutlichte zuvor, wie schnell aus seiner Erfahrung ein Wechsel vom destruktiven Denken zum konstruktiven Wollen möglich ist. Dabei werde das alte angstvolle Denken nicht sofort aufgelöst, aber es könne durch die Arbeit mit Visionen ein neues, kreatives und konstruktives Bild von dem entstehen, wo die Sehnsucht einen hinziehen kann.

*Dieser Ansatz ist insofern „genial“, weil unmittelbar ein Lichtblick möglich ist, ohne dass eine langwierige Arbeit mit der Person erfolgen muss.*

KREIS bestätigt, dass mit Visionsarbeit im Coaching oftmals in einem ganz kurzen Prozess große Wirkungen erzielt werden können. Er betont, dass „innerhalb von kürzester Zeit – von ein bis zwei Stunden – eine vollkommene Veränderung möglich ist“ (Interview KREIS, S. 11, Z. 42/43) und führt das auf den Grad der Freiheit zurück, der durch die Visionen entsteht.

*Es ist daher ein lohnenswerter Schritt auszuprobieren, ob Coaching im jeweiligen Einzelfall zu einer nachhaltigen Veränderung führen kann. In den Fällen, wo es aus Sicht des Coaches einer zusätzlichen oder vorrangigen therapeutischen Begleitung bedarf, ist dies unbedingt empfehlenswert. Der Coach sollte diese Grenze immer thematisieren, wenn er mit seinem Klienten dort angelangt. Menschen, die (wie KREIS sie bezeichnet hat) schon mindestens ein Scheitern hinter sich haben, sind in vielen Fällen schon durch therapeutische Prozesse gelaufen oder haben durch ihre Selbstkompetenz eine gereifte Persönlichkeit entwickelt. Erfahrungsgemäß bringen diese Menschen auch die Offenheit für Visionen mit.*

KAMPHAUSEN beobachtet, wie es Menschen behindert, wenn sie keinen Raum haben, eine Distanz zu ihrem alltäglichen Tun einzunehmen. Das Hamsterrad sei etwas immens Behinderndes. Es gebe immer wieder Phasen, in denen man in seinem Unternehmen im Hamsterrad steckt. An sich gelte es auch solche Phasen zu durchleben, denn manchmal brauche es für einen Durchbruch richtig harte Arbeit. Er versucht anzuregen, dass Fortbildung gemacht werde, was gleichermaßen die innere und die äußere Fortbildung umfasse. Er fördere auch, dass Autoren (in Abendveranstaltungen) sie an ihrer Arbeit teilhaben lassen. Damit würden diese Visionen für die Mitarbeiter im Verlag ebenfalls spürbar. Weiterhin liege ihm die Gleichbehand-

lung aller Mitarbeiter sehr am Herzen und dass jeder ein Gegenüber hat, mit dem auch Konflikte bearbeitet werden können.

LEELA MATA erläutert lachend auf die Frage, was sie bei Menschen beobachtet, mit denen sie arbeitet, sie sehe immer große Emotionen. Sie sage immer zu den Studenten: „Wenn du nur dich selbst auf die Weise sehen könntest, wie ich dich sehe, wärst du so glücklich – es gäbe keinen Grund für all das“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 57, Z. 2/3). Aber es sei ein Reinigungsprozess, ein Wachstumsprozess. Sie äußert weiter: „Wenn sie manchmal sprechen, kommen Tränen in meine Augen – nicht weil ich traurig bin, sondern weil ich die Stärke der Hilflosigkeit sehe, aber auf der anderen Seite ist man nicht hilflos“ (ebd. Z. 4-6). So sei es immer ein Kampf, den man in sich austrägt: „Dir selbst glauben – dir selbst nicht glauben – vertrauen oder nicht vertrauen“ (ebd., Z. 7/8). Es fänden so viele Konflikte statt und es gebe nicht wirklich einen Grund dafür, aber man wisse das jetzt noch nicht und deshalb gehe man da durch. „Wenn ich auf die Menschen schaue, sehe ich das Göttliche in ihnen. Manchmal wird nur ein Wort gesagt und alle die Emotionen kommen hoch. Dann fühlen sie sich klarer und besser. In diesem klaren Zustand bekommen sie eine Ahnung von ihrer höheren Natur. Diese göttliche Natur ist es, die ich zum Vorschein bringen möchte“ (ebd., Z. 9-13).

BRETZ beobachtet, manchen Menschen geschehe von selbst, kleinere Visionen, mittlere und größere Visionen zu bekommen. „Einfach dadurch, weil sie meditieren, finden sie mehr zu sich selbst und dann spüren sie von innen heraus diese Kraft, dieses Licht, diese Freude und dann wissen sie, was sie zu tun haben. Aber nicht alle. Manche lernen dann auch, mit Kleinerem zufrieden zu sein“ (Interview BRETZ, S. 42, Z. 26-28).

*Fazit:*

*Letztlich beobachten die Experten in ihrer Rolle als Leitende, dass die Menschen ihren Weg zur Vision von selbst finden, auch wenn es manchmal harte Kämpfe im Inneren zu bewältigen gibt. Der Glaube an das Wunderbare in ihnen und die Wertschätzung scheint dabei die beste Unterstützung zu sein, die man in der Leitungsfunktion oder als Begleiter diesen Menschen mitgeben kann.*

## 6.8 BLOCKIERENDE FAKTOREN

Die Fragestellung lautete: „Gibt es Faktoren, die Visionen eher blockieren?“

BRETZ geht von verschiedenen Ängsten aus, die Visionen blockieren können. Die Deutschen seien extrem sicherheitsbedürftig. Sie hätten weiter „stark strukturierte Vorstellungen, was zu sein hat“, was einerseits die Kreativität behindere und mit Angst und falscher Bescheidenheit, „manchmal sogar echter Bescheidenheit“ in Verbindung stehe (Interview BRETZ, S. 42, Z. 32 und Z. 34).

An früherer Stelle im Interview (Frage 3) erwähnte er, dass irgendwo im kollektiven Unterbewusstsein bei uns Deutschen eine sehr berechtigte Angst vor Visionen bestünde (aufgrund der Vorgeschichte mit den Nazis). Weiterhin gebe es einen populären Aberglauben in Deutschland, der besagt: „Wenn es einem zu gut geht, dann kriegt man eins auf den Deckel und wenn man sich zu weit rauswagt, dann kriegt man den Kopf abgeschlagen und wenn man zu überzeugt von sich ist, dann kriegt man eins auf die Nase“ (ebd., S. 40, Z. 46-48).

BRETZ geht noch auf einen weiteren wertvollen Punkt hinsichtlich der Blockierung von Visionen ein. Er beschreibt die Ungeduld der Schüler zu Beginn ihrer Ausbildung, die unbedingt wissen wollen, was sie als nächstes tun sollen und rät ihnen dann, diese Frage auf ein paar Tage vor ihrer Abreise zu verschieben.

*Mit genau dieser Ungeduld kommen die Klienten auch oft zu mir ins Coaching. Ich rate ihnen ebenfalls, dem Prozess, in den sie sich begeben haben, zu vertrauen – am Ende würden sie feststellen, dass etwas klarer in ihnen geworden ist. Denn unter einem solch hohen Erwartungsdruck kann keine Vision entstehen – die großen Visionen jedenfalls nicht, aber auch alle anderen Visionen benötigen einen kreativen Frei-Raum, um langsam entstehen oder sich entwickeln zu können, wie LEELA MATA es zuvor beschrieben hat.*

KREIS führt als mögliche Faktoren der Blockierung von Visionen die Gefühle Angst, Ungeduld, Scham, Schuld, Zwang und Hass an. *Aus therapeutischer Sicht arbeitet man mit diesen Gefühlen, denn viele psychische oder psychosomatische Störungen beruhen auf unterdrückten, unangenehmen Gefühlen wie den obigen.* Im Coaching gehe es darum – und dabei bezieht er sich als Beispiel auf den Status von Hartz IV – „diesen Frustzirkus, diese Opferrolle zu erlösen“ (Interview KREIS, S. 11, Z. 13). Er schildert exemplarisch, wie er Klienten aus ihrer Opfer-Rolle lockt und bringt diesbezüglich den Begriff „Attraktor“ ins Spiel: „Attraktor ist das, was eigentlich werden will. Bezogen auf die Sehnsucht ist der Attraktor das große attraktive Bild“ (ebd., Z. 23/24).

Auf diese Weise definiert sei Attraktor das Gegenteil von dem, was psychologische Schulen als das „bekannte Unglück“ (ebd., Z. 22) beschreiben würden, in das man immer wieder magisch renne. Attraktor ist für ihn aber das, wofür es sich zu leben lohne. Im positivsten Falle beinhalte der Attraktor einen weitaus größeren Gewinn für das vermeintliche „Opfer“, als der bisherige, der durch das Opfer-Dasein entstanden sei. Er fragt seine Klienten, welchen Gewinn sie wirklich haben wollen, was bereits impliziere, dass eigentlich niemand gerne Opfer bleiben wolle und natürlich etwas anderes werden will.

KAMPHAUSEN erachtet als blockierende Faktoren für Visionen den fehlenden Abstand zu sich selbst, das ständige Aktivsein und dadurch die nicht geschehene Reflexion, für die man einfach Raum und Zeit brauche.

EL VIEJO beschreibt den Blick zurück auf die schlechten Dinge als blockierende Faktoren. Allerdings ergänzt er auch humorvoll, dass die guten Dinge sechs bis sieben Jahre studiert werden müssten und trotzdem nicht in den Körper hineingelangen. Es sei der Blick aus dem Jetzt auf die Dinge, die sind, die damit eine Vorahnung von dem vermitteln würden, wie man sein Leben führen soll, was man herausholen soll, was nicht gut für einen sei und auch, wie man seinen Sinn und seine Vision entwickeln könne. EL VIEJO sagt: „Die Wahrheit existiert, die Lüge existiert, aber es ist deine Wahrheit und deine Lüge. Niemand – du bist der Herr deines inneren Teils der Wahr-

heit und der Lüge. Lernen wir, eine exakte Vision der Wahrheit zu haben; lernen wir, aufrichtig zu uns selbst zu sein“ (Übersetzung Interview EL VIEJO, S. 29, Z. 11-14). Abschließend ergänzt er im Interview, wie wichtig es ist, nicht die schlechten Momente der Vergangenheit zu betrachten, denn sie würden nicht existieren.

LEELA MATA benennt als blockierende Faktoren einen Zustand, der im Ayurveda (indische Heiltradition) „Tammās“ heißt (entspricht etwas wie: Schwere, Faulheit) und dazu führe, nicht an sich selbst glauben. Es sei wichtig, über dieses Tammās hinwegzukommen, das alles umgebe, aber man müsse da durchdringen. Die Vision sei da. Göttlichkeit in einem sei da, die Absicht – alles sei da, aber es sei diese dicke Wand, die blockiert, durch die man gehen müsse, in die man eindringen müsse, so dass man wirklich sehen könne. In anderen Worten ausgedrückt stehe die Wand symbolisch für Ignoranz. Das möge wie ein hartes Wort erscheinen, aber es sei wirklich Nichtwissen, wenn man nicht wisse, dass man sich selbst zu dem Ort hinbewegen müsse, wo man wissen könne – und das brauche etwas Anstrengung. Jeden Tag müsse in unserem Leben einige Ignoranz geklärt werden. Wenn die Ignoranz beseitigt sei, könnten wir zu einem heiligen Ort gehen. Wachstum sei der Weg von der Ignoranz zum Wissen. Ignoranz bedeute, sich nicht selbst zu kennen, zu denken, dass man klein und unbedeutend ist. Wissen sei, sein höheres Selbst zu kennen, um wirklich machtvoll und göttlich zu sein. So sei die Reise im Leben: die von der Ignoranz zum Wissen, zur Erleuchtung. Vision könne daher verstanden werden als das Bild dieser großen Kraft, dieses großen Werdens, das es im Geist zu halten gelte, um sich auf diese Weise zu ermutigen, sich darauf zuzubewegen – und es ziehe einen auch, weil es bereits da sei. Jedes Individuum – nicht nur Individuum als Person, sondern jede einzelne Kreatur – habe das Göttliche in sich. Das Göttliche arbeite ständig, um sich selbst auszudrücken. In Indien habe man einen Spruch, „dass im Stein das Bewusstsein schläft“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 57, Z. 32). Die Vibration sei sehr beschränkt. In den Pflanzen und in den Bäumen beginne sie gerade, sich zu bewegen. In den Tieren beginne sie mehr Ausdruck anzunehmen und in den Menschen beginne sie zu denken. Dann fange das Problem an, denn wenn wir zu denken beginnen, würden wir egoistisch, da wir uns daran gewöhnt

hätten, ständig ums Überleben zu kämpfen. Daher sei das Ego-Gefühl so wichtig geworden, im Sinne von: „Ich muss mich selbst schützen, etwas versucht mich zu kriegen“ (ebd., Z. 37), so LEELA MATA. Doch von dort aus starte man nun in mehr menschliches Bewusstsein. Man beginne für eine Familie zu sorgen und Stück für Stück über das Persönliche hinweg anderen zu helfen und so beginne die Vision zu wachsen. Was die Vision wirklich sei, ist das Wachsen von der Getrenntheit zu mehr Einheit. So sei diese Vision in jedem. Man wisse das nicht immer auf diese Weise oder drücke das so aus; manchmal hätten Menschen unterschiedliche Grade. Allein durch das Sein an einem Ort, an dem dies stattfindet, werde das aus der inneren Natur herausgeholt – auch bei jemandem, der das bis dato noch nicht ausgedrückt habe. Man beginne, ein wenig anders zu denken, weil man in der Gegenwart von Menschen war, die nicht so selbstbezogen sind. Man erreiche nicht immer jemanden dadurch eindringlich zu sein, aber ein Beispiel zu sein, sei ziemlich kraftvoll. „Wann immer du dein Bestes gibst als Lehrer, gibt es nichts, worüber du dir Sorgen machen müsstest. Das ist Karma-Yoga – du tust dein Bestes und machst dir keine Sorgen – Gott wird den Rest tun (ebd., Z. 47-49), so LEELA MATA abschließend.

#### Fazit:

*Es gibt diverse Faktoren, die Visionen blockieren können und die man mit Sicherheits- und Bequemlichkeitszone umschreiben könnte. Weiterhin können auch Gefühle wie Schuld, Scham oder Ängste im Allgemeinen blockierend sein. Es sind die eher schweren Gefühle oder der Blick auf die unangenehme Ereignisse in der Vergangenheit, die Visionen blockieren. Auch Ungeduld und eine zu hohe Erwartung stellen blockierende Faktoren dar; ebenso eine Ignoranz gegenüber der Wahrheit in Bezug auf sich selbst, andere und bestimmte Umstände. Man könnte hier auch von Verdrängung und Verblendung sprechen. Interessant ist, dass es über die individuell blockierenden Faktoren hinaus noch solche gibt, die kulturell bzw. kollektiv blockierend zu sein scheinen, wie z. B. die Geschichte hier in Deutschland.*

## 6.9 DIE ROLLE VON VISIONEN IN BERUF UND BERUFUNG

Die Frage lautete im Interview: „Gibt es für Sie einen Unterschied zwischen Beruf und Berufung? Wenn ja, welche Rolle spielen Visionen in diesem Kontext?“

Für KREIS ist der Beruf hauptsächlich Funktionssache. Einen Beruf übe man als Funktionsträger aus, z. B. als Kassierer. Nach einem Begriff von ROBERT LAY sei man demnach ein so genannter „Systemagent“ (Interview KREIS, S. 12, Z. 39). Der Systemagent mache seinen Beruf, identifiziere sich auch damit, aber tue etwas, das er privat gar nicht machen würde. KREIS führt das Beispiel eines Klienten an (Gefängnistherapeut), der so hart und aggressiv gewesen sei und sich Dinge erlaube, die er außerhalb dieser Systemagententätigkeit nicht machen würde. Einen Beruf könne man von daher durchaus als Funktion ausüben. Von einer Berufung aber sei man erfüllt. Einer Berufung folge man ganz, was bedeute, dass man ja nicht als Coach den Klienten gegenüber empathisch sein könne und privat dem Partner gegenüber der schlimmste Egoist.

Beruf ist für KAMPHAUSEN eher das, was sich so ergibt. Beruf und Berufung ist für ihn nicht dasselbe, aber müsse auch nicht weit voneinander entfernt sein. Man könne den Beruf als Berufung erfahren, wenn man sich irgendwann wirklich bewusst dafür entschieden hat. Damit sei Berufung – vielleicht nicht immer, aber in den meisten Fällen – auch ein Akt der Bewusstseinsentwicklung. Er geht davon aus, dass Visionen einem Menschen die Berufung vermitteln können. Eine Visionssuche könne daher tatsächlich dazu führen, sich der eigenen Berufung bewusst zu werden. Diese wichtige Erkenntnis habe er im Laufe der Zeit gemacht. Er glaubte lange, dass nur bestimmte Berufe mit einer Berufung einhergehen. Heute sei er davon überzeugt, dass es Buchhalter aus Berufung, Putzfrauen aus Berufung und Hausmänner aus Berufung gibt. Sie alle hätten einen großen Vorteil gegenüber Managern, die das nicht aus Berufung machen. Sie hätten das Leuchten in den Augen und im Herzen und würden sozusagen in ihrer Aufgabe aufgehen – sie mit großer Leidenschaft ausführen. KAMPHAUSEN ergänzt das mit den Worten: „Ich würde nicht mit einem Multimilliardär tauschen

wollen, der seine Berufung nicht gefunden hat. Dann tausche ich lieber mit einer Putzfrau, die wirklich total in ihrem Job aufgeht und das mit einer großen Leidenschaft macht“ (Interview KAMPHAUSEN, S. 73, Z. 49 bis S. 74, Z. 1-3).

LEELA MATA bezeichnet Beruf (im Interview übersetzt mit „profession“) als „Job“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 58, Z. 6). Einen Job tue man nur, weil man das Geld braucht, um die Familie abzusichern. Eine Berufung (im Interview übersetzt als „calling“) sei etwas, für das man wirkliches Gefühl hat. Es wäre wunderbar, wenn ein Job die Berufung sein könne, weil man dann beides sehr harmonisch miteinander verbunden hat und wirklich davon begeistert ist. Dann sei es bedeutsam und immer regenerierend. Man tue was man kann und gleichzeitig erfülle es einen.

*Ihr Ansatz ist interessant, denn sie sagt, dass es Visionen hervorbringt, wenn man das tut, was man mag – d. h. also, die Visionen entstehen innerhalb der Dinge, die man gerne tut. Bedeutet es laut LEELA MATA also, dass ein Beruf, den man sehr mag, in der Folge Visionen hervorbringt und damit zur Berufung werden kann? Das wäre ein so noch nicht erwähnter Aspekt. Ich verfolge ja den eher umgekehrten Ansatz, dass die gezielte Arbeit mit Visionen helfen kann, die Berufung herauszufinden. Wichtig ist in jedem Fall, einen Beruf zu haben, den man sehr mag und nicht (wie KREIS es genannt hat) zum Systemagenten darin wird. Dann kann daraus – ob mit oder ohne Visionen – eine Berufung werden.*

EL VIEJO antwortete – wie bei den meisten Fragen – nicht direkt. Er verknüpft Vision damit, zu lernen, aufrichtig zu sich selbst zu sein. An einer Stelle im Interview sagt er: „Es gibt eine Art von Vision, eine Vision, die jeder Einzelne in seinem Herzen trägt. Diese Art von Vision kennt niemand. Wenn du mit Liebe deinem Beruf nachgehst, wirst du groß sein, sehr GROSS. Aber betrachte dich immer als NICHTS. Das ist auch eine Zukunftsvision“ (Übersetzung Interview EL VIEJO, S. 28, Z. 20-22).

EL VIEJO differenziert die Begriffe Beruf und Berufung nicht explizit. Möglicherweise existiert in seinem Verständnis diesbezüglich nicht einmal ein



Unterschied. Aber seine Aussagen interpretiere ich so, dass jeder eine Vision (Aufgabe) tief in seinem Herzen hat. Die Liebe für den Beruf sei das, was einen Menschen groß werden lässt (nicht nur im Sinne von Erfolg, sondern auch innerem Reichtum und tiefem Erfülltsein). Er gibt weiter zu bedenken, dass man sich bei aller Größe doch immer als Nichts betrachten müsse, was aus meiner Sicht darauf hindeutet, dass er eher von Berufung als von Beruf spricht.

BRETZ geht davon aus, dass Beruf von dem Ausdruck Berufung kommt. Von der Bedeutung her beschreibe Beruf jedoch etwas, das man im Alltag macht und Berufung sei eben der Ruf, den man von einer höheren Warte aus habe. Nicht immer hänge Beruf mit Berufung zusammen und müsse dies auch nicht unbedingt. Es könne zum Beispiel Berufung von jemandem sein, sich für Pferde einzusetzen, aber er mache es nicht zu seinem Beruf. Er habe einen anderen Broterwerb, aber sein Herz wolle für Pferde etwas Gutes tun. Beruf und Berufung könnten zusammenhängen, aber man dürfe sich nicht unter Druck setzen, sonst würde man auch dort unglücklich.

Nach BRETZ gibt es unterschiedliche Arten von Visionen. Berufung ist nach seiner Definition in den mittleren bis höheren Visionen angesiedelt. Diese kämen nicht vom eigenen Ich. Auf meine Nachfrage hin – im Rahmen der Frage 1 –, ob es denn eher egoistische Visionen gerade im Kontext von Beruf und Berufung gibt, erwidert BRETZ sehr interessante Denkansätze, die hier von Relevanz sind.

In Berufung stecke ja das Wort Ruf. Jemand müsse einen rufen und das sei nicht das eigene Ego, sondern etwas Höheres. In gewisser Weise könne man sagen, steckt eine höhere Kraft dahinter, die Menschen haben. Dann hätten sie tatsächlich auch in einem höheren Kontext einen Sinn. Dabei müsse eine grundsätzliche Ethik beachtet sein. Auch Spitzensportler oder Spitzenmanager würden über sich selbst hinauswachsen, wenn sie das Gefühl haben, sie folgen einer Berufung. Sie würden damit auch Anderen zeigen, dass man einiges aus sich machen kann, so BRETZ. „[...] ein Baseballspieler, der nichts anderes gemacht hat, als selbst reich zu werden, schon allein dadurch, dass der jetzt plötzlich gesagt hat, ich will das erreichen,

kann er andere Leute dann auch inspirieren, es ist mehr möglich“ (Interview BRETZ, S. 34, Z. 38-40).

Wenn man eine Berufung hat, dann solle man ihr auch folgen. Wenn man sie nicht hat, dann solle man sich nicht unter Druck setzen und müsse eben das tun, was man kann. Das sei der Unterschied, der besonders im indischen Kulturkreis existiert, wo nicht jeder eine Berufung (Darshan) habe und dies dann auch so akzeptiert wird. „Und manchmal ist, wie gesagt, die Berufung im Privaten und im Kleinen und nicht im Beruflichen“, so BRETZ (ebd., S. 43, Z. 41/42).

*Fazit:*

*Dass Beruf und Berufung nicht das Gleiche ist, darin sind sich alle befragten Personen (mit Ausnahme von EL VIEJO, der die Begriffe nicht klar voneinander abgegrenzt hat) einig. Beruf dient demnach eher dem Broterwerb bzw. der Sicherung des Lebensunterhaltes und könne auch als Funktion ausgeführt werden. Insgesamt entsteht der Eindruck, dass Beruf eher etwas „Nüchternes und Leidenschaftsloses“ anhaftet. Mit Berufung wird hingegen Folgendes von den Experten verbunden: Sinn, Ethik, Liebe, Erfüllung, Leidenschaft, Gefühl, Herz, leuchtende Augen, Freude und auch der Ruf von einer höheren Ebene.*

*Diese Antworten bestätigen die eingangs bei der begriffsgeschichtlichen Betrachtung erwähnte und bis heute bestehende Trennung von Beruf und Berufung. Allerdings haben die Experten auch einige wesentliche Impulse dazu beigetragen, wie diese Trennung aufgehoben werden kann.*

## 6.10 PERSÖNLICHE VISIONEN DER EXPERTEN

Die abschließende Frage an die Experten lautete: „Haben Sie persönlich eine Vision? Wenn ja, wie sind Sie an sie gekommen?“

KAMPHAUSEN antwortet auf die Frage, dass sich seine Vision eigentlich ergeben und er nicht wirklich nach ihr gesucht hat. Sie habe sich ergeben im Tun, in der Reflexion und im Austausch mit Menschen. Trotzdem sei die Essenz etwas, das er ganz lange kennt, auch aus seiner Kindheit. Seine Vision habe immer etwas damit zu tun gehabt, Räume zu kreieren, in denen etwas stattfinden kann, die irgendwie inspirierend sind und die Menschen in die Lage versetzen, zu sich selbst zu kommen und aus dem – was sie da entdecken – einen Beitrag zu leisten. Alle seine 35 Mitarbeiter wurden auf diese Weise von einem Feld angezogen und hatten Lust, einen Beitrag zu leisten, obwohl es eigentlich nie die Jobs gegeben habe, aber die Jobs hätten sich dann kreiert. So würden sich dauernd solche kleinen Wunder ergeben, die zeigen, dass die Vision richtig oder gut sei.

BRETZ sagt über sich, sein Leben sei irgendwie von Visionen geprägt. Er habe als Kind bestimmte Visionen im mystischen Sinne gehabt, wo er Lichterfahrungen hatte und Visionen von Jesus. Dabei habe er das Gefühl gehabt, irgendeine besondere Mission im Leben zu haben. Das sei irgendwann verschwunden. Diese Zeit sei für ihn sehr schwierig gewesen. Mit 13 tauchte dann die Sinn-Frage in ihm auf. Das sei für ihn eine Zeit intensiven Suchens gewesen. Durch einen Holocaust-Film und Bilder von Äthiopien mit verhungerten Kindern, hat er sich letztlich die Frage gestellt, was das Ganze soll. Von da an habe er begonnen, sehr stark zu suchen und sehr breit zu lesen: „Psychologie-Bücher, Philosophie-Bücher, also praktisch die ganze Schulbibliothek“ (Interview BRETZ, S. 37, Z. 22/23). Er habe sich Schnelllesen beigebracht, weil er ein Pensum erreicht hatte, bei dem er selten unter einem Buch am Tag las. Ihn interessierte zunächst, ob andere sich ähnliche Gedanken gemacht hatten. Dabei stieß er irgendwann auf HERRMANN HESSE: „Steppenwolf“, „Siddhartha“... Das sei noch keine Vision gewesen, aber ein Ziel bzw. ein Gefühl davon, dass er dort hinkommen wolle. Von da an habe sein Leben plötzlich eine Richtung gehabt.

BRETZ geht davon aus, dass es ein höheres Ziel im Leben und Erklärungen dafür gibt, „dass Leiden einen Sinn hat“ (Interview BRETZ, S. 37, Z. 29). Das sei zwar nicht immer so erfassbar und nicht wirklich erklärbar, aber Leiden könne so als nicht nur rein schlimm betrachtet werden, sondern als „auch schlimm“ (ebd., Z. 30/31), aber es gebe irgendwo doch mit Sinn dabei – und so hat er damals begonnen, danach zu suchen. Diese Suche habe ihn auf den Yoga-Weg gebracht und auch zur Meditation. Er ist zu einem indischen Meister gegangen und dort später zum Mönch – zum Swamiji – geweiht worden. 1987, bei der 100. Jahrfeier von Swamiji SHIVANANDA (ein Meister seiner Tradition) in Kanada, sei er eines Morgens um drei, halb vier aufgewacht und konnte nicht mehr schlafen. Er ist dann in den Meditationsraum gegangen und habe plötzlich eine Vision, „eine mystische Vision von Swamiji SHIVANANDA - überlebensgroß, Lichtgestalt“ (ebd., Z. 36/37) gehabt. Diese habe ihm gedeutet, „es könnte ein goldenes Zeitalter von Frieden, Verständnis, ohne Hunger und ohne Kriege kommen und da würde neue Weltkultur entstehen und dort würde Yoga eine große und wichtige Rolle spielen und ich hätte dort auch meine Funktion dabei. Und da gab es noch eine komische Geschichte dabei, das würde nicht als Swamiji passieren, sondern da wäre dann auch meine Aufgabe, dass ich dort auch irgendwo demokratisch humanistische Prinzipien verbinden müsste mit der klassischen indischen Spiritualität“ (ebd., Z. 38-43). Die indische Spiritualität sei ja so eine eigenartige Mischung aus Chaos und Regeln, auch Autorität und voller Verantwortung des Schülers. Dies sei für einen Westler kaum verstehbar, vielleicht im Vergleich zum Japanischen und Chinesischen, das straight (gradlinig) und strikt sei, aber vieles – wie z. B. die Guru-Schüler-Beziehung – sei letztlich nicht so ganz westlich demokratisch, so BRETZ. Er habe danach erst gedacht, er kann das bei dem Meister umsetzen, bei dem er war. Dieser habe ihn auch sehr gestützt und gefördert, aber Ende 1991, praktisch vier Jahre später, habe er gemerkt, dass er dieser Vision so nicht folgen kann.

In der Zwischenzeit ist er auch kein Swamiji mehr gewesen, weil er sich mit jemandem verlobt hatte. Die Beziehung ging aber relativ schnell in die Brüche. Daraufhin sei er ein paar Monate auf die Suche gegangen mit der Frage: Wie geht es jetzt eigentlich weiter? Er sei ja zehn Jahre in diesen Zentren gewesen, eigentlich zwölf Jahre seit Beginn. So ist er mit seiner dama-

ligen Freundin gereist und nach Indien gekommen. Er sei ein paar Wochen im SHIVANANDA Ashram gewesen und habe viel meditiert, Pranayama (Atemübungen) gemacht und komischerweise, als er irgendwann in ein Taxi eingestiegen sei, kam plötzlich die nächste Vision: „Dann hab ich nichts mehr Physisches gesehen und da war wieder Swamiji SHIVANANDA da und dann war wieder dieses Licht da und dann war wieder diese Sache, dass Yoga wichtig werden würde für die kommende Weltkultur und dass ich dort eine wichtige Funktion hätte und dass das eine friedvolle Weltkultur werden könnte. Es war nie, dass es notwendigerweise werden wird, sondern immer so, die Menschen könnten auch das Gegenteil machen. Aber das ist eine Möglichkeit und dass ich da auch eine Aufgabe hätte und dieses Mal war es sogar dann auch relativ konkret. Dass es mit Sicherheit war, ich müsste zurück nach Deutschland gehen“ (ebd., S. 38, Z. 8-15). Er war ja vorher in Amerika und Kanada und habe eigentlich nicht daran gedacht, zurück nach Deutschland zu gehen, sondern sei eigentlich recht froh gewesen, aus dem „engstirnigen Gedanken raus zu kommen, wo jedes Mal, wenn man einen Vorschlag macht, hundert Leute Bedenken haben. Da ist Amerika anders. Wenn man dort einen Vorschlag macht, sagen als erstes zehn Leute: toll! (ebd., Z. 17-19). Besonders in Kalifornien wäre das so, wo er am meisten war. Dieses Temperament habe ihm auch deshalb gelegen, weil es diese Teile in ihm erweckt habe, währenddessen in Deutschland die anderen Teile durchaus auch in ihm erweckt würden. Aber es war klar, er sollte nach Frankfurt gehen, sollte in Frankfurt ein Zentrum aufmachen und in fünf Jahren würde der erste Yoga-Ashram, ein Seminarhaus, entstehen und daraus würde dann eine größere spirituelle Bewegung werden, die in Zusammenarbeit mit anderen Bewegungen einen wichtigen Anteil daran hätte, dass es eine friedvolle Welt werden kann. „Und so bin ich dann nach Frankfurt, hab zügig ein Yoga-Zentrum eröffnet“ (ebd. Z. 25/26), so BRETZ.

*Auf die Zwischenfrage im Interview, ob es keine Einwände im Sinne von „Nach Deutschland will ich jetzt aber nicht“ gegeben habe, antwortet er: „Subjektiv war klar, ich will nicht nach Deutschland, was will ich dort“ (ebd., Z. 29). Gerade ein paar Wochen vorher hätten mehrere gesagt, er solle doch nach Deutschland gehen, einschließlich seiner Eltern und Brüder und anderer. Da habe er mit großer Überzeugungskraft gesagt: „Was will ich in*

Deutschland? In Amerika fühl ich mich viel wohler, das entspricht meinem Temperament besser“ (ebd., Z. 31/32). Da sei Yoga viel populärer und viel weiter und da komme er auch ganz anders von seinem Unterrichts- und Vortragsstil her an. „Gut, aber da gab es nicht mehr die Frage. Also nachdem diese Vision war, war jetzt nicht mehr die Frage: »Willst du es oder willst du es nicht?« Das hieß, das muss gemacht werden. Und so bin ich dann nach Frankfurt und so bin ich dann nachher auch in den Westerwald, in das erste Yoga-Seminar-Haus und dann hier“ (ebd., Z. 36-39), so BRETZ abschließend.

*An diesen Schilderungen wird sehr deutlich, was das Wesen von Visionen umfassen kann. BRETZ, der ja selbst die Unterteilung von Visionen in unterschiedliche Arten vorgenommen hat, würde diese Visionen als echte Visionen bezeichnen, die von einer transzendenten, übergeordneten Ebene kommen. Interessant ist die Sprache, die er innerhalb dieser Visions-Schilderung verwendet. Einerseits ist sie sehr vage gehalten, durch die vielen Konjunktive, andererseits ist der Inhalt – die wesentlichen Fakten – sehr klar und unmissverständlich. Die Art dieser Vision bestätigt auch einiges, was zuvor in der Literaturoseinandersetzung über Visionen gesagt wurde; nämlich, dass sie oft unpassend kommen oder darin Aspekte auftauchen, die dem persönlichen Wollen eines Menschen zunächst widerstreben, aber dass dieser sie dann trotzdem annehme und verfolge. Aus diesem Grund hatte ich auch an der entsprechenden Stelle vertieft nachgefragt. BRETZ bestätigte das dadurch, dass es dann klar gewesen sei und er das somit auch nicht in Frage gestellt habe.*

*In diesem Falle lässt sich sagen, dass BRETZ seine Vision sehr ernst genommen hat. Sein zweiter Ashram in Horn/Bad Meinberg ist heute Europas größtes Yoga-Seminar-Zentrum und auch einer der größten Ashrams (wenn nicht der größte) außerhalb Indiens.*

LEELA MATA habe ebenfalls eine Vision und zwar seit sie sehr klein war. Ihre letztendliche Vision sei natürlich Selbstverwirklichung, aber sie glaubt, sie wurde mit einer Vision geboren. „Ich gab dem niemals einen Namen, aber es ist immer da und ruft mich und in verschiedenen Stadien meines Lebens

hat es sich unterschiedlich ausgedrückt. Jetzt drückt es sich in Form eines Ashrams aus, wo ich lehre“ (Übersetzung Interview LEELA MATA, S. 58, Z. 17-19). Der Ashram sei wie ihr Zuhause, obwohl für sie die ganze Welt ihr Zuhause sei. „In diesem Platz sehe ich fast so etwas wie eine utopische Form der Gesellschaft. Ja, es ist wie ein Modell. Es sollte ein Ort sein, an dem Menschen glücklich sind, wo sie tun, was sie gerne tun, wo sie schöne Visionen von sich selbst und der Welt haben, wo sie in Harmonie arbeiten können, wir können die jungen, die alten und die Menschen dazwischen alle miteinander lebend haben, weil wir uns so nicht selbst isolieren“ (ebd., Z. 21-25). Denn die Vision, die in jedem existiere, gehe nicht über Isolation. Sie habe mit Vollständigkeit zu tun.

„Also, ich möchte einen Ort schaffen, wo Ganzheit besteht und auch etwas, das als ein Modell für das moderne tägliche Leben verstanden werden kann, wo wir zurückgehen können dazu, natürlich zu sein, unsere eigenen Nahrungsmittel anzubauen, unsere eigenen Kühe zu haben und zur gleichen Zeit sind wir in der Lage, die guten Teile unserer Technologien zu nutzen, um uns zu einer angenehmen Art zu leben zu verhelfen und uns nicht selbst durch Pestizide zu töten und den Planeten zu vernichten“ (ebd., Z. 26-31). In dem Ashram werde Yoga, Meditation und ein harmonischer Lebensstil praktiziert. Sie bauen ihre eigenen Nahrungsmittel in einer Gemeinschaft an, in der Menschen ihr Glücklichein leben können. „Weißt du, Zufriedenheit ist nichts, wovon man träumen muss – es ist etwas, wie gerade jetzt, und es entsteht durch unseren Lebensstil. Als ich ein Kind war, wuchsen wir auf die traditionelle Weise auf, wo die Familie wie eine erweiterte Familie war. Großeltern, Eltern, Freunde, Brüder und Schwestern waren alle da – also, das ganze Dorf war wie deine Familie. Und das war sehr schön und das haben wir verloren. Und das ist es, weshalb wir soviel Depression haben und Isolation, die sich ausbreitet“ (ebd., Z. 33-39). Als Kind, wenn ihre Eltern zur Arbeit gingen, waren die Großeltern da, um auf sie aufzupassen. Da sei so eine fröhliche Bewegung in der Familie und in der Nachbarschaft gewesen. Das Leben heute sei so verschieden davon – viel Isolation und die Dinge müssen perfekt sein. Damals habe nicht gezählt, was man hat (*dabei lacht sie*). Es habe keine Rolle gespielt, ob man Schuhe hatte oder nicht.

Heutzutage hätten wir so viele Dinge, das wir nicht einmal wüssten, was wir mit ihnen machen sollen. Damals habe man einfach geteilt.

„Zu Weihnachten machen wir uns so verrückt damit, so viele Geschenke zu kaufen, dass wir den wahren Geben-und-Teilen-Part vergessen. Ich erinnere mich, als Kinder war das Kochen und gemeinsame Teilen des Essens der wichtige Teil. Und wir haben wirklich genossen, was wir machten und es war so bereichernd. Die Kinder bekamen kleine Spielzeuge und danach gingen wir raus in den Garten zum Spielen, weil wir mit den anderen die Spielzeuge teilen konnten. Auf diese Weise wuchsen wir in einer Bewusstheit auf. Ich habe die Vision vom Teilen und Geben und vom Glücklichein, spielerisch und unschuldig – das ist es, was ich wieder erschaffen möchte in dem Ashram. Nichts wirklich Neues (lacht). So wie ich gelebt habe, als ich ein Kind war. Das würde ich gerne wieder zurückbringen“ (ebd., S. 58, Z. 46-49 u. S. 59, Z. 1-5), so LEELA MATA über ihre Vision.

*Bei der Betrachtung dieser drei Schilderungen lässt sich erkennen, dass Visionen bereits sehr früh im Leben vorhanden waren. Es waren keine konkreten Bilder, zum Teil nur Gefühle oder eine Richtung bzw. Ahnung. Bei allen drei befragten Personen hat diese Form der Vision sie im Laufe ihres Lebens ausgerichtet. Sie haben gemeinsam, dass sie etwas geschaffen haben, einen Ort der Zusammenkunft, des miteinander Lebens, Lernens und Arbeitens. Keine dieser Visionen ist auf persönliches Wohlbefinden ausgerichtet, sondern das kollektive Wohl steht bei allen im Vordergrund. Nun ist dies bei den beiden vom Yoga geprägten Experten nicht verwunderlich, weil das Teil ihrer Tradition und Philosophie ist. Aber auch KAMPHAUSEN lässt in seiner Vision diesen Raum der Begegnung erkennen und das ohne große religiöse Ausrichtung.*

*Die Annahme, die ich aufgrund der vielen Kollagen-Betrachtungen habe ist, dass am Ende alle Visionen Ähnliches anstreben. Diese Annahme verfestigt sich durch die eben angeführten persönlichen Visionen der Experten.*

*KREIS konnte diese Frage nicht beantworten, da sie erst nach dem ersten Interview mit ihm hinzukam. EL VIEJO hat sie nicht ausschließlich beantwortet, sondern erwähnte in dem Interview, dass seine Vision die vom Heilen wäre.*



## 7. AUSWERTUNG VISIONS-COACHING ALLGÄU

Das Visions-Coaching Allgäu wird seit Sommer 2006 als Seminarkonzept durchgeführt.

Im Rahmen dieser Doktorarbeit wurden 25 Teilnehmer von insgesamt sieben Workshops schriftlich befragt (Seminare vom Sommer 2006 bis Frühjahr 2008). Die Gruppengröße umfasste jeweils: 3 Personen, 5 Personen, 6 Personen, 4 Personen, 2 Personen, 4 Personen, 1 Person.

Die schriftliche Befragung der Teilnehmer fand im Dezember 2007 ex-post (Versand der Leitfäden per E-Mail) statt. Es folgte in einem Fall im Frühjahr 2008 noch eine Nachbefragung, da noch ein Einzel-Coaching stattgefunden hatte. Die Ergebnisse wurden also in einem Zeitraum von einem Monat bis max. 18 Monate nach dem jeweiligen Ende der Teilnahme am Visions-Coaching erfasst. Drei Personen antworteten nur einmal, da sie in zwei aufeinander folgenden Jahren zweifach teilgenommen hatten. Somit liegen 22 schriftliche Befragungen vor. Das entspricht einer Rücklaufquote von 100%. Den Teilnehmern war bekannt, dass ihre Antworten auch dieser Doktorarbeit dienten. Ihnen wurde zugesichert, dass ihre Daten anonymisiert verwendet werden.

Die Auswertung geschah in einer Querschnittsbetrachtung. Der methodische Unterschied zwischen dem halbstrukturierten dialogischen Interview mit den Experten (s. Kapitel 6) und der schriftlichen Befragung der Teilnehmer ist darin zu sehen, dass im Schreiben ein komplett anderer Reflexions- und Verdichtungsprozess in Gang gesetzt wurde als beim Sprechen. Die Barriere, sich schriftlich zu äußern liegt außerdem viel höher. Insofern ist eine direkte Kompatibilität nicht gegeben. Gleichwohl lassen sich die Essenzen der Teilnehmerbefragung später auf die jeweiligen Experten-Interviews (Perspektiventriangulation) beziehen (s. Kapitel 8 und 10). Die Befragung führte laut späteren Teilnehmerkommentaren zu einer relativierenden und selbst-reflexiven Verarbeitung und Analyse des Erlebten.

Kritiker könnten an dieser Stelle den Einwand der fehlenden Objektivität haben, weil die Auswertung der Antworten durch die Rolle als durchführende Seminarleiterin „gefärbt“ sein könnte. Vor diesem Hintergrund sei erwähnt, dass eine Auswertung stets hinsichtlich der relevanten Forschungsfragen und Thesen geschah.

Dass eine Rücklaufquote von 100 % erzielt wurde, kann möglicherweise auf die bestehende Beziehung aus dem Seminar zu den befragten Teilnehmern zurückgeführt werden.

Was die Antwortqualitäten der Einzelnen betrifft, so ließ sich bei intensiver Betrachtung kein Aspekt erkennen, der als kritisch für die Validität der Antworten zu bezeichnen gewesen wäre. Vielmehr entstand der Eindruck, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr ehrliche, offene und selbstkritische Reflexion betrieben haben und dadurch eine sehr hohe Antwortqualität entstanden ist – vielleicht sogar eine höhere, als es unter anderen Rahmenbedingungen der Fall gewesen wäre.

Als Auswertende war ich erstaunt, wie prägnant und komplex die Einzelnen ihre Erfahrungen beschrieben haben. Von manchen Antworten war ich sicher auch aus der Rolle als ehemaliger Coach berührt.

In der Darstellung werden viele Zitate angeführt, damit eine möglichst große Nähe zu dem Antwortmaterial gegeben ist. *Eigene Interpretationen und Kommentare sind wiederum kursiv dargestellt.*

## 7.1 BERUFLICHE AUSGANGSSITUATIONEN

Die Originalfrage aus dem Fragebogen, der an die Teilnehmer versandt wurde, lautet: „In welcher beruflichen Situation befanden Sie sich, als Sie sich zum Workshop angemeldet haben?“

Das Situations-Spektrum ging von Arbeitslosigkeit über Festanstellung bis hin zur Selbstständigkeit. Bei den von Arbeitslosigkeit betroffenen Personen bestanden auch gesundheitliche Belastungen, die aufgrund der gesamten Krisensituation aufgetreten waren. Personen, die eine sichere, feste Anstellung hatten, ließen eine Unzufriedenheit hinsichtlich der Art der Arbeit erkennen; ebenso eine Stagnation oder – wie eine Teilnehmerin angab – eine völlige kreative Unterforderung (vgl. Anhang H). Bei den Selbstständigen waren schlechte Auftragslagen oder eine Ermüdung aufgrund der bisherigen Arbeitsweise Auslöser, sich anzumelden.

In vielen Fällen war eine Veränderung der äußeren Umstände Anlass bzw. eine neue Orientierung oder Schwerpunktsetzung im Berufsleben. Auch ein Überprüfen im Sinne von „Tue ich das Richtige?“ (Anhang V, S. 138, Z. 8) wurde als Grund genannt.

Neben der rein beruflichen Ausrichtung ging es für einige auch darum, Entscheidungen persönlicher Natur zu treffen oder sich auf eine nächste Entwicklungsstufe vorzubereiten. Weitere Auslöser waren die Reflexion aktueller Situationen und der Erhalt neuer Impulse diesbezüglich. Eine Teilnehmerin beschrieb ihren Zustand als „echte Lebenskrise“ (Anhang L, S. 125, Z. 10).

*Die Antworten der Teilnehmer spiegeln eine große Bandbreite möglicher Ausgangssituationen wider. Damit lässt sich feststellen, dass die Menschen (je nach Zusammensetzung innerhalb der einzelnen Gruppen) an sehr unterschiedlichen Punkten in ihrem (Berufs-) Leben standen. Dadurch sind die Gruppen zunächst äußerst heterogen gestaltet, was als eine inspirierende Ausgangsvoraussetzung erachtet werden kann. Im Sinne des Seminarkonzeptes durchläuft zwar jeder Teilnehmer für sich seinen Prozess, aber auch*

mit dem Bewusstsein, ein „wichtiger Spiegel“ für die Anderen zu sein. Diese Erfahrung kann bereichernd oder anspornend, manchmal auch abschreckend für den Einzelnen sein. Die Teilnehmer können dadurch im Anderen erkennen, wo sie selbst hinwollen, z. B. auch Familie gründen oder Partner finden, es auch wagen, in die Selbstständigkeit zu gehen oder erleben, wie ausgezehrt man enden kann, wenn man über viele Jahre nicht auf seine Ich-Zeit oder Gesundheit achtet. Würde man die gleiche Coaching-Arbeit z. B. nur mit Selbstständigen, nur mit Arbeitssuchenden, nur mit Führungskräften oder Menschen, die z. B. eine Burnout-Thematik haben, machen, würde diese vielfältige Spiegelung durch die Anderen entfallen.

Das Vorhandensein einer großen Heterogenität erfordert allerdings einen sehr hohen individuellen Begleitungsbedarf. In Gruppengrößen von bis zu sechs Personen waren daher zwei Coaches erforderlich und sinnvoll.

Die Erlebnisse, die die Gruppe in der Natur automatisch verbunden hat, waren dann elementare wie z. B., ob die Sohlen unter den Schuhen noch hielten und wenn nicht, was das für die ganze Gruppe bedeutete. Die Berufspersönlichkeit rückte zunächst in weite Ferne und alle gingen den gleichen Weg. Jeder mit seinem Thema, in seinem Tempo und mit seinen individuellen Erfahrungen – eine Art „spirituelles Wandern“ in der Gruppe.

## 7.2 ERWARTUNGEN

„Was haben Sie sich durch die Teilnahme am Visions-Coaching versprochen?“ lautete die Originalfrage.

Insgesamt war die häufigste Erwartung der Teilnehmenden zusammengefasst: eine Klarheit für die nächsten Schritte oder anstehende Entscheidungen zu bekommen. In manchen Fällen beinhaltete es auch das Klären privater Themen, die Einfluss auf die berufliche Entwicklung haben.

Das Coaching sollte der Überprüfung des bisher gelebten Lebens dienen oder der Bestätigung dafür, „die richtige Richtung zum richtigen Zeitpunkt eingeschlagen zu haben“ (Anhang E, S. 117, Z. 12).

Das *Bedürfnis nach Selbstreflexion und Selbstfindung* wurde beschrieben durch Aussagen wie: „Ich will nicht mehr der Erwartungshaltung anderer entsprechen, sondern für mich erst einmal klären, was ich von diesem Leben für mich erwarte [...]“ (Anhang N, S. 128, Z. 11/12).

Weiter wurde erwartet, sich selbst besser kennen zu lernen – mit den eigenen Stärken und Potenzialen sowie Schwächen und Grenzen; ebenso eine Innenschau auf bestehende Wertehaltungen oder einen erweiterten Blick über den Tellerrand zu wagen. Auch wurde der Wunsch nach einem selbstbewussteren und selbstbestimmteren Leben oder danach, einen Ausstieg aus dem System zu schaffen, dahingehend beschrieben. Die *aus der Selbstfindung gewonnene Handlungskraft* verdeutlicht die konkrete Erwartung: „Zu mir und meiner Kraft zu finden [...], den Willen zu entwickeln, was zu verändern, zu erreichen, in Gang zu kommen“ (Anhang H, S. 121, Z. 12/13).

Weiter wurde erhofft, Impulse, Lösungen und daher konkrete Unterstützung, Entscheidungshilfen oder auch das plastische Aufzeigen neuer Wege zu erfahren.

Als das *Bedürfnis nach Ich-Zeit und Auszeit* lassen sich Antworten einiger Teilnehmer umschreiben, z. B. diese: „das Leben zu genießen – ohne schlechtes Gewissen“ (Anhang U, S. 137, Z. 13/14); „habe mich gefreut, mal nur was für mich zu machen“ (Anhang M, S. 127, Z. 12).

Eine *Qualität von Abenteuer* drückt sich meines Erachtens in einer Offenheit für Neues und dem Herangehen ohne konkrete Erwartungshaltung aus.

Auch die Frage „Was soll ich werden?“ (Anhang G, S. 120, Z. 13) tauchte auf und wurde mit dem klaren Wunsch, die eigene Berufung finden zu wollen und dies mit dem Geldverdienen verknüpfen zu können, geäußert.

*Auffallend ist sprachlich, wie häufig das Wort „selbst“ in den Antworten auftaucht. Ebenso wird die Erwartung formuliert, etwas „zu finden“, ob nun das Ziel, den Weg, die Kraft, Lösungen oder sich selbst. Das deutet möglicherweise darauf hin, dass unbewusst bereits klar ist, dass es weniger um eine Suche im Außen, als um das Finden im Inneren geht. Die Verbindung zu Vision zeigt sich aus meiner Sicht sprachlich in Worten, die mit „sehen“ in Zusammenhang stehen: z. B. Innenschau, Blickwinkel erweitern, Werthaltungen betrachten.*

Weiterhin wird das Bedürfnis nach „Stärkung“ und nach „Neuem“ sowie nach „Freiheit bzw. Freiraum“ deutlich. Die konkrete Erwartung einer „Zukunfts-Vision“ (vgl. Anhang E) wurde nur einmal geäußert. Häufiger waren Erwartungen mit konkretem Lösungs-, Entscheidungs- und Wegweisungscharakter. *Insgesamt lässt sich sagen, dass in keinem Fall unrealistische oder überzogene Erwartungen geäußert wurden, wenn auch Visionen im engeren Sinne nicht im Vordergrund standen.*

### 7.3 VISIONEN IM VERSTÄNDNIS DER TEILNEHMER

Die Originalfrage an die Teilnehmer lautete: „Was verstehen Sie unter dem Begriff Visionen?“

*Die nachfolgenden Beschreibungen von Visionen spiegeln individuelle und treffende Definitionen wider. In Bezug auf die Literatur und das Verständnis der Experten zeigen sich erhebliche Übereinstimmungen. Dies ist insofern spannend, da die Teilnehmer sich weder im Vorfeld noch später explizit mit dem Visions-Begriff auseinander gesetzt haben, sondern ihn vermutlich aufgrund ihres Erfahrungswissens definieren. Dabei ist auffällig, dass die Beschreibungen in manchen Fällen sogar über das hinausgehen, was sowohl in der Literatur als auch von den Experten beschrieben wurde. Ohnehin ist der Expertenbegriff in dieser Arbeit so definiert, dass Erfahrungswissen mit verschiedenen theoretischen Elementen verknüpft ist. Sozusagen verfügen die Teilnehmer lediglich über eine andere Art der Expertise. Ihre Definitionen bilden deshalb eine wertvolle Ergänzung in dieser Arbeit. Auch das vielfältige Verständnis von Teilnehmer zu Teilnehmer ist erstaunlich.*

*Selbst wenn nur einzelne diese Aussagen getroffen haben, so wird nachfolgend verallgemeinernd von „die Teilnehmer“ gesprochen.*

Visionen wird eine Leitbildfunktion zugeschrieben. Für die Teilnehmer hat eine Vision eine positive Anziehungskraft, ähnlich einem Motor, der in Bewegung bringt. Sie werden als richtungsweisende Leuchtpunkte zur eigenen Orientierung bezeichnet, wobei nicht so wichtig ist, ob diese letztendlich erreicht werden. Visionen werden auch als klare Vorstellung, als starkes klares Bild von dem, was sein kann verstanden und damit als ein Weg, an dem man sich orientieren kann.

Mehrere Personen sprechen bei Visionen auch von Träumen, Zielen, Utopien, Ideen, Plänen. Dieses Verständnis müsste man aufgrund der Auseinandersetzung mit der Literatur und den Experten-Interviews jedoch als nicht treffend bezeichnen. Visionen sind eben keine Pläne oder Ziele. Ideen oder Träume kommen Visionen schon näher, sofern sie irgendwann Wirklichkeit werden. Darin unterscheiden sie sich auch von Utopien, die unmög-

*lich wirklich werden (zum jetzigen Zeitpunkt und den gegebenen Rahmenbedingungen).*

Vision wird – zusammengefasst aus mehreren Antworten – verstanden als: Ein bildhafter Charakter, aber auch starke Gedanken und Gefühle in Bezug auf die Zukunft, denen ein bild- oder sinnhaftes geistiges Erscheinen oder persönliches Erleben von Ereignissen zugrunde liegt, welches richtungsgebend das weitere Handeln beeinflusst. In diesem Zusammenhang werden die Wörter „Eingebungen“, „Zeichen“ oder „plötzliche Ideen“ genannt. Eine Vision könne sowohl bewusst in Gedanken herbeigeführt als auch spontan erlebt werden. Visionen könnten auch noch nicht vorhandene Lebensumstände sein, die durch eine Veränderung und persönlichen Einsatz zu erreichen sind. Dabei könne von Bedeutung sein, ungelebte Potenziale zu nutzen. Eine Vision sei lebensbereichsübergreifend, sie könne auch Bilder aus der Vergangenheit beinhalten.

Vision wird nach Einschätzung einer Teilnehmerin jedoch „nicht vom Verstand geleitet, sondern vom eigentlichen Ich“ (Anhang L, S. 125, Z. 25) und symbolisiert für sie „etwas ganz Großes, etwas Absolutes, etwas Reines, Sauberes, Unendliches“ (ebd. Z.23/24). Dies wird von einer weiteren Teilnehmerin ähnlich definiert: „Ich verstehe unter dem Begriff Visionen die Erfahrung von Bildern und Informationen, die aus einem Zugang zu meinem tiefsten Inneren und somit zur göttlichen Quelle entstehen“ (Anhang O, S. 129, Z. 16/17).

*Diese Definitionen stimmen mit dem Kern der Expertenaussagen und den Definitionen aus der Literatur überein. Ebenfalls erkennbar ist eine geistig spirituelle Sicht der Teilnehmer auf Visionen.*

Ein Teilnehmer erhoffte sich zuvor (Erwartung) einen plötzlichen Geistesblitz, „und auf einmal »weiß man«, man ist klar und alles ist anders als vorher“ (Anhang G, S. 120, Z. 18/19) und verstand vor dem Visions-Coaching weiter darunter: „ein mystisches, ekstatisches Erlebnis, ein Türöffner – fast schon wie ein Wunder“ (ebd., Z. 17/18). Er definiert Visionen dann rückblickend aus seiner Erfahrung im Allgäu als „ein Weichenstellen meines zu-



künftigen Lebensweges! Durch das Durchlaufen des Medizinrades, eines inneren und äußeren Kreislaufes in der Natur, werde ich berührt, auf und umgeräumt. Ich erlebe ein tiefes Heilen, Leerwerden und Loslassen in Körper, Geist und Seele! In mir wird ein völlig neuer Raum kreiert. Wohin meine Reise danach geht, ist unklar und auch gar nicht so wichtig. Danach fühle ich eine Anbindung an eine Ordnung, die größer ist als ich! Das an sich gibt mir tiefen Frieden und ein tiefes Vertrauen ins Leben!" (ebd., Z. 20-25). *Dennoch gibt er bei der späteren Beantwortung auf die Frage, ob er Visionen gehabt habe an, keine gehabt zu haben. Vielleicht hatte er sie nicht im erhofften Verständnis. In dieser Beschreibung wird meines Erachtens der Visionsbegriff und gleichsam die Wirkung von Visionen jedoch sehr plastisch dargestellt. Der leere Raum im Innen, die Anbindung an eine höhere Ordnung und dann das Neue: Es ist plötzlich nicht mehr wichtig, wohin die Reise geht, es ist sogar unklar – im Gegensatz zu dem ursprünglichen Wunsch, einen Geistesblitz haben zu wollen, bei dem alles klar ist. In der Tat ist eine Wandlung geschehen und alles ist irgendwie anders als vorher, weil plötzlich ein tiefer Friede und ein tiefes Vertrauen in das Leben da ist.*

*Genau das ist der Charakter, um den es mir und wohl generell in der Visions-Arbeit geht. In diese Zustände kommen die Menschen nach allem bisher Erarbeiteten nur durch das von dem Teilnehmer beschriebene Leerwerden, Loslassen in Körper, Geist und Seele und Heilwerden, also wenn sie sich ein Stück weit als ein Ganzes oder mit dem Ganzen verbunden fühlen.*

Visionen werden u. a. als „Besinnung und Wahrnehmung des inneren Selbst, ohne kulturelle, religiöse und gesellschaftliche/soziologische „Denk-Filter“ (Anhang K, S. 124, Z. 17/18) bezeichnet.

Mehrere sehr komplexe Definitionen aus unterschiedlichen Perspektiven einer Teilnehmerin werden an dieser Stelle ausführlich dargestellt. Sie beschreibt Visionen wie folgt:

- „Aus egozentrischer Perspektive: Mit allen Sinnen spüren können, dass jetzt die Zeit ist für eine oder mehrere Lebensaufgaben – speziell für meine Person. Dies kann oder muss sogar manchmal jenseits der Ratio, Ökonomie, Pflicht, des Realitätsprinzips liegen und mag Außenstehenden oder auch nahe stehenden Menschen absurd, gefährlich, riskant oder überspannt erscheinen. Kurz: Das Unbewusste meldet sich mit aller Macht.
- Im weiteren Sinne: Klare Bilder darüber verspüren, was für mich, „für uns“ (z. B. Paar, Familie, Firma, Stadt, Region, Land, Europa, die Welt oder für die ganze Menschheit) einfach dran wäre. Auch dies kann oder muss sogar manchmal jenseits der Ratio, Ökonomie, Pflicht, jenseits des offensichtlichen Realitätsprinzips liegen und mag Außenstehenden oder auch nahe stehenden Menschen und Entscheidungsträgern abwegig, absurd, gefährlich, riskant oder überspannt erscheinen. Kurz: Das kollektive Unbewusste meldet sich mit aller Macht.
- Im stellvertretenden oder advokatorischen Sinne: Bei anderen (z. B. als Freundin, Kollegin, Mutter, Coach, Therapeutin, Mitstreiterin oder was auch immer) auch fremden Kollektiven, wahrnehmen können, »wofür sie eigentlich bestimmt wären« und sich dann auch anwaltlich dafür einsetzen (Teil-Identifikation mit einer „fremden“ Vision).
- Im Sinne der Sinnes- und geistig-mental-emotionalen oder auch spirituellen Wahrnehmungen: „Vision“ bedeutet entgegen der lat. Wortwurzel eben nicht die Reduktion auf das Sichtbare. Alle Sinne sind hier aktiv. Auch solche, die wir gar nicht kennen, vielleicht.
- Und auch: Nicht die Reduktion auf die Tele-Vision, das Schauen des weit Entfernten. Immer bin ich mit meiner ganzen Person in Geschichte, Gegenwart und Zukunft involviert. Zugleich verweisen Visionen (s. o.) immer auch über mich hinaus und auch zurück auf längst vergangen Geglaubtes“ (Anhang B, S. 112, Z. 17-37).

*Insgesamt ist eine bemerkenswerte Präzision im Verständnis des Visionsbegriffs unter den Teilnehmenden erkennbar. Mehrfach stellte sich mir beim Auswerten der Antworten die Frage: Woher haben die Teilnehmer diese Beschreibungen? Denn ich habe in solchen Worten nicht zu ihnen über Visionen gesprochen. Die Art und Weise der Beschreibung, die Wortwahl und der treffende Kern mancher Antworten spiegeln meines Erachtens etwas wider, das die Teilnehmer selbst erlebt und erfahren haben. Es ist daher davon auszugehen, dass dieses Wissen nicht einer theoretischen Vorstellung entspringt, sondern einer praktischen Erfahrung bzw. einer Berührung mit „tieferen Wissensschichten“, die wiederum in enger Verbindung zu Visionen stehen.*

## 7.4 ERLEBNISQUALITÄTEN WÄHREND DES COACHINGS

Die Originalfrage an die Teilnehmenden lautete: „Was ist während des Workshops für Sie/in Ihnen passiert?“

*Das Erleben in der Natur – und sich selbst als Teil derselben zu erfahren – zeigt sich deutlich in der Sprache der Teilnehmer. Weiter spiegelt das Wandern und Gehen symbolisch den eigenen Prozess wider. Die zum Teil metaphorischen Beschreibungen verdeutlichen auch, dass die Menschen unterschiedlich tief in Prozesse zur Selbstfindung und Selbstreflexion eingetaucht sind. Hier die zusammengefassten Erlebnisqualitäten:*

- Die Sicht auf das eigene Schicksal und die Möglichkeiten der Selbstbestimmung konnten deutlicher werden.
- Es entstanden Situationen, die halfen, klar zu werden, was man will und was man ablehnt.
- Die Erkenntnis, „dass ich niemandem etwas beweisen muss“ (Anhang U, S. 137, Z. 20) entstand.
- Das Wandern symbolisierte im übertragenen Sinne, welchen Weg man bisher gegangen ist, wo man jetzt steht und wie es weiter geht, „im großen Bild“ (Anhang F, S. 119, Z. 18) des Lebens.
- Es ging darum, sein eigenes Tempo zu finden und bewusst Schritt für Schritt im Hier und Jetzt zu gehen, mit seinen Füßen eine eigene Spur zu hinterlassen und „nicht die Füße dahin zu setzen, wo der oder diejenige vor mir gegangen ist“ (Anhang E, S. 117, Z. 25/26). Das erfordere auch, den eigenen Rhythmus zu finden und zuzulassen, dass es ein anderes Tempo sein kann, als das der Anderen. Es erfordere, sich selbst zu vertrauen, bei sich zu sein, auf die eigenen Tritte und Schritte zu achten und sie unabhängig von den Anderen zu machen – mal in Leichtigkeit, mit der es vorwärts geht, aber auch, wenn es die „fast unüberwindbar zu scheinenden Gipfel zu erklimmen“ (ebd. Z. 29/30) gilt.
- „Ich habe meinen unendlichen Bewegungsdrang wiederentdeckt. Ich fühle mich wieder lebendig. Und diese Lebendigkeit gilt es zum Ausdruck zu bringen“ (Anhang L, S. 125, Z. 29/30 u. 34/35).
- „Ich hatte Zeit mit mir, was ganz neu war. Raus aus dem Alltag, hin zu mir. Am Wasser, auf dem Berg. Besonders war für mich das Erlebnis mit dem Sessellift und ich hab es geschafft, das erste Mal!“ (Anhang T, S. 136, Z. 20-22).

*Einerseits wird deutlich, dass im Wandern/Gehen als bewusster Prozess bereits sehr viele Impulse und Selbsterkenntnisse entstehen. Unmittelbar konnten so wesentliche Erfahrungen gemacht werden, die plastisch aufzeigen, welche Themen für die weiteren Schritte im Leben wichtig sind.*

*Dadurch kann sich später immer wieder an diese Erfahrung und an die Gefühle während der intensiven Erlebnisse erinnert werden.*

Auf ähnliche Weise drückten andere Teilnehmer aus, dass sie alte Muster oder Blockaden auflösen und Ängste und Hindernisse überwinden konnten:

- Die Angst vor jedem Schritt weiche. Das Vertrauen in sich und der Glaube an die eigenen Fähigkeiten wachse und dann kann gespürt werden, „dass Kraft in mir ist, sogar mehr als ich mir vorstellen kann“ (Anhang E, S. 117, Z. 23).
- Durch die „Erfahrung mit den eigenen Kräften und der Überwindung von Grenzen“ konnten Ängste integriert und Blockaden aufgehoben werden, wobei die „Natur und ihre Weisheit zur Unterstützung“ (Anhang O, S. 129, Z. 20 u. 22/23) genutzt werden konnte.
- Es entstand die Erkenntnis eines Dramas, das wichtige Energien fehlleitete.
- „Ärger, Verzweiflung, Lähmung. Dann: Ruhe, Zufriedenheit, »it is what it is«. Und zum Schluss: Befreiung und Freude“ (Anhang V, S. 138, 18/19) wurden erlebt.
- Es gelang das Überwinden zum Teil existenzieller, lebensbedrohlicher Ängste.
- Es geschah die „Begegnung mit meinem toten Spiegelbild und Erwachen aus dieser Starre, dieser Angst vor jedem Schritt ins Ungewisse“ (Anhang E, S. 117, Z. 21/22).
- Es wurde eine Qualität von Frieden spürbar, der mit sich selbst oder alten Geschichten geschlossen werden konnte.

Eine Teilnehmerin beschrieb diese Umwandlung wie folgt: „Ich bin unerwartet existentiellen Ängsten meiner Kindheit begegnet. Ich durfte in dieser regressiven Phase erfahren, dass ich Hilfe bekomme und sie auch annehmen kann. Das führte zu einer besseren Anerkennung meines erwachsenen Daseins und einer Fokussierung auf die Themen »Schuld (-empfinden) und Perfektionismus in den eigenen Ansprüchen«“ (Anhang K, S. 124, 21-24).

Weiterhin wurden Grenzen gefunden oder erweitert und völlig neue Wahrnehmungs- und Erlebnissräume betreten, wie von einer Person beschrieben wird: „Auf dem Berg habe ich eine psychische Erfahrung gemacht, die ich so bisher noch nicht hatte. Ich habe aufgehört, den Kopf und die Gedanken zu beherrschen und meine Emotionen kamen hoch und ließen sich nicht mehr steuern. Die Öffnung vor einer eigentlich fremden Gruppe war für mich eine völlig neue Erfahrung. Kontrollzwang und Beherrschtheit sind in den Hinter-

grund getreten und die Bereitschaft zum wirklichen »Hinsehen« kam wie von alleine“ (Anhang P, S. 131, Z. 22-26).

*Die anderen Menschen innerhalb des geschützten Rahmens sind ein wichtiger Bestandteil für diese Veränderung. Sie dienen als Spiegel, Weggefährten und „Container“ (im Sinne eines Gefäßes). Diese bekannten Funktionen einer Gruppe erhielten durch das „spirituelle Wandern“ eine spezifische Qualität. Je mehr sich der Einzelne auch auf die unbekannten Dinge einlässt und die Umwelt auf einer anderen Bewusstseinssebene wahrzunehmen lernt, desto mehr kann er meines Erachtens über den Kontakt zur Natur sich selbst nahe kommen. In der Natur und im Zusammensein mit den Anderen entwickelt sich so ein Urvertrauen. Ich „habe mich mit dem Lebenskreislauf auf vielen Ebenen verbunden gefühlt“, (Anhang J, S. 123, Z. 17) drückt es z. B. eine Person aus. Eine andere antwortete: „Ich konnte in den Kontakt über die Natur zu Gott schließlich mir sehr, sehr nah kommen. Ich lerne, Zeichen zu lesen, riesiges Gottvertrauen zu entwickeln und mir in wachsender Selbstliebe mehr zuzutrauen“ (Anhang H, S. 121, Z. 19-22).*

Trotz aller Verbundenheit ist es zugleich auch eine Zeit, in der man ganz für sich allein ist, um bestimmte Dinge zu klären und bewusst in sich zu schauen. Wer sich dafür öffnen kann, erfährt möglicherweise auch „ein unbändiges Gefühl von Freiheit und Leichtigkeit“ (Anhang D, S. 116, Z. 19). *Es ist eine Chance, Hüllen und Masken fallen zu lassen, wenn „Dämme gebrochen und Mauern gefallen“ (Anhang D, ebd.) sind.*

Dazu bedarf es bei allem Vertrauen auch dem Entschluss der Verantwortung für sich selbst und vielleicht auch der Einsicht, dass „ich letztendlich auch dem vertrauenswürdigsten und tollsten Lehrer keine Entscheidung überlassen kann, sondern am Ende immer selbst »richtig und falsch« unterscheiden muss“ (Anhang C, S. 114, Z. 21-23).

*Das Sein und das Wandern/Gehen in der Natur ist eine Verbindung mit einer undogmatischen Art von Transzendenz und Göttlichkeit. Nicht zuletzt dadurch entsteht aus meiner Sicht Kraft und neues Urvertrauen.*

## 7.5 VISIONSARTEN DER TEILNEHMER IM PROZESS

Die Originalfrage lautete: „Hatten Sie Visionen? Und wenn ja welcher Art?“

Nur vier Personen gaben an, keine Visionen gehabt zu haben. Einer dieser vier glaubt, keine Vision gehabt zu haben, ist sich aber nicht sicher.

Die beschriebenen Visionen umfassen sehr unterschiedliche Bereiche des Lebens. Zum einen äußern sie sich in ganz persönlichen Wünschen oder Bedürfnissen für das eigene Leben. Zum anderen gehen sie über individuelle Bedürfnisse hinaus, wo z. B. der Einsatz für die Welt und die Gemeinschaft Bedeutung haben. *Laut dem Experten VOLKER BRETZ handelt es sich dabei in beiden Fällen um Visionen. Bei den persönlichen Visionen würde man von kleineren Visionen sprechen, bei den kollektiveren eher von mittleren bis größeren.*

Auch bereits bestehende Visionen wurden bekräftigt oder bestätigt. So schreibt eine Teilnehmerin: „Mir ist meine Berufung »mehr Bewusstsein in die Welt zu bringen« noch deutlicher geworden“ (Anhang A, S. 111, Z. 29), als sie durch eine Übung vom Kopf (alte Arbeit) zum Herzen (neue Aufgabe) gelangte.

Ein weiterer Teilnehmer beschreibt eine Verstärkung seiner bereits vorhandenen Visionen wie folgt: „Die innere Stimme ist deutlicher geworden. Ein Gefühl der Gelassenheit stellte sich ein und dauert seitdem an“ (Anhang S, S. 135, Z. 27/28).

*Diese Schilderungen decken sich mit der ursprünglichen Ausrichtung einer Visions-Suche, in der oft etwas bereits Vorhandenes bestärkt wird (z. B. in Naturvölkern: der junge Mann, der schon ein Mann ist, aber dies noch durch seinen „Sologang“ in die Wildnis bekräftigt).*

Eine weitere Person entwickelte ein starkes Gefühl von Vertrauen, während sie sich in der Zeit des Workshops immer näher kam. Das Vertrauen beziehe sich auf das Erfüllen eigener Wünsche, „mit so viel Einsatz, wie es mir

möglich ist und der göttlichen Fügung“ (Anhang H, S. 121, Z. 26/27), also einem Vertrauen, das in ein Urvertrauen übergeht. Eine Person bezeichnet ihr Erleben als die „Botschaft von oben, im Vertrauen meinen Weg zu gehen, raus aus der Angst“ (Anhang T, S. 136, Z. 25/26). In der Meditation erschien einer weiteren Teilnehmerin über dem Berg ein Leuchten mit der Botschaft: „Sei, wie du bist und gehe den nächsten Schritt“ (Anhang V, S. 138, Z. 22/23).

*Es wird immer deutlicher, dass Vertrauen mit die größte Qualität ist, die es zum Erhalt einer Vision erfordert. Dies wurde bereits in den Interviews mit den Experten aufgezeigt. Dass die Teilnehmer Vertrauen als Erlebnisqualität auf die Frage nach ihren Visionen nennen bestätigt, wie sehr Vertrauen mit Visionen in Beziehung steht bzw. wie nahe die Teilnehmer ihren Visionen waren. Deutlich wird auch, dass im Falle eines verstärkten Selbstvertrauens oder Ur-Vertrauens eine konkrete Vision völlig in den Hintergrund rutscht und plötzlich nicht mehr wichtig zu sein scheint. Möglich wäre daher, dass nicht die Vision selbst, sondern der Prozess auf dem Weg zur Vision viel entscheidender ist.*

Die Unterstützung durch eine „gar nicht erklärbare Kraft“ (Anhang E, S. 117, Z. 33) aus einer anderen Welt, wie es eine Teilnehmerin benennt, wurde für sie deutlich wahrnehmbar und war zunächst mit ganz viel Angst bestückt. Ihre Vision „von Kreativität und Handwerk mit ungeahnten Talenten aus vergangenen Generationen“ (ebd., Z. 35/36) deutete für sie auf einen Bezug zu ihren Ahnen hin.

*Hier scheinen Aspekte einer Re-ligio – Rückverbindung – aufzutauchen, die sowohl transzendent als auch konkret eine Generationenfolge betreffen. Dies zeigt sich auch in der Vision einer weiteren Teilnehmerin: „Ich konnte Verbindung mit meinen weiblichen Ahnen aufnehmen und bekam von ihnen Informationen und Symbole, die von großer Bedeutung bezüglich meiner persönlichen Weiterentwicklung und auch meines beruflichen Werdegangs wurden. Ich konnte in einer Sitzung »über die Schwelle gehen« und erfahren, welche wichtigste Aufgabe mir in meinem Leben mitgegeben wurde. Ich konnte tiefe Verbindung mit der Natur aufnehmen, ihre Symbole und die*

damit verbundenen Nachrichten an mich verstehen und annehmen. Somit war die Möglichkeit einer neuen Kommunikation mit der allumfassenden Weisheit für mich geschaffen“ (Anhang O, S. 129, Z. 29-35).

Auch eine weitere Teilnehmerin erlebte in der Natur „ganz klar einen Horizont, den ich mir lange und der sich mir lange verschlossen hatte“ (Anhang B, S. 112, Z. 48/49) und konnte am Fluss allein in Kontakt zu ihrem 1996 verstorbenen Vater kommen, der sozusagen am anderen Flussufer war und der auch zum Thema Arbeit, Leistung und berufliches Selbstverständnis ihre zentrale Lebensfigur gewesen sei.

Zwei Teilnehmer drückten ebenso diese Rückverbindung zum Lebenskreislauf bzw. zur Natur aus, in einem Falle dadurch: „Das, was ich »im Kopf« und »im Bauch« hatte, habe ich in der Natur als Symbol wieder gefunden“ (Anhang I, S. 122, Z. 23/24).

Mit einem Rückblick auf die Vergangenheit und zwar mit dem Bild auf seinen bis dahin „steinigen Weg“ (Anhang F, S. 119, Z. 21) beschreibt ein anderer Teilnehmer seine Vision. *Die Symbolsprache in Verbindung mit ihrer Visionsbeschreibung taucht noch bei weiteren Teilnehmern auf.* So geht es bildhaft um „die Vision des eigenen Aufblühens“ (Anhang K, S. 124, Z. 27) oder „die Vision von Wassermann-Eltern“ (Anhang C, S. 114, Z. 28). *Ähnlich wie auch Traumsymbole manches überdimensional ausdrücken,* hatte die Vision einer Teilnehmerin von ihrem Vater etwas Zugespitztes: „Ich habe meinen Vater als winzig kleinen Giftzwerg vor mir gesehen. Er hatte eine Größe, die mir in keinster Weise gefährlich werden konnte“ (Anhang Q, S. 132, Z. 23/24).

Visionen wurden auch erlebt als „reale Bilder, die mir als eine Art Gleichnis und als Zeichen dienten – Ideen, die plötzlich wie Eingaben aufleuchteten. Dinge und Gegenstände, die plötzlich da waren und den Weg deuteten“ (Anhang U, S. 137, Z. 24/25).

In einem Falle glaubte die Person, eine Erleuchtung gehabt zu haben, was „der »geilste« Moment überhaupt“ gewesen wäre (Anhang L, S. 126, Z. 5).



*HANS KREIS sprach in dem Interview vom Ungenügen, das in Form der Sehnsucht ebenfalls zu Visionen führen kann. Dies scheint der Weg für eine Teilnehmerin gewesen zu sein, die ihre Vision so beschrieb, dass sie von ganz tief unten oder aus dem tiefsten Inneren an ihren ganz innigen Wunsch nach Familie kam, der „klar formuliert und in Worte gefasst, gesprochen und gehört werden“ wollte (Anhang E, S. 117, Z. 41/42). Ausgelöst durch den Schmerz, das nicht leben zu können, brach das Unterdrückte aus ihr heraus und ein Davonlaufen sei nicht mehr möglich gewesen.*

*Auch eine weitere Teilnehmerin hatte sehr persönliche Visionen, was sich in der Sehnsucht nach Familie zeigte.*

*Einer beschrieb, dass „ständige Kompromisse seinen Weg verwässern und sein Ziel verschleiern würden“ (Anhang N, S. 128, Z. 30/31). Er kam zu der Einsicht, für ein spirituelles Leben absolut gesund leben und auf Zigaretten, Alkohol und Drogen verzichten zu wollen.*

*Eine andere hatte Gedanken und Bilder vor Augen, wie sie in Zukunft an Dinge herangehen wolle und wie sie über Vergangenes, Ängste und Sorgen zu reden lernt und einen neuen Umgang mit ihrer Familie suchen will. Ihre Vision war die vom „Fallenlassen, Loslassen, helfen lassen, helfen...“ (Anhang P, S. 131, Z. 31).*

*Weiterhin hat sich eine Teilnehmerin mit ihrem Partner zusammen an einem Schreibtisch gesehen. Dadurch sei ihr klar geworden, dass sie beruflich etwas gemeinsam machen werden.*

*Visionen haben damit auch einen Erkenntnischarakter, der durch die Klarheit entsteht, wenn ein Ausweichen, Ablenken, Verdrängen und Ausblenden nicht mehr möglich ist.*

*Wenn ich an dieser Stelle beurteilen sollte, ob die Teilnehmer Visionen hatten, würde ich sagen: „Ja, aber eine wirklich große Vision mit mystischem Charakter hatte aus meiner Sicht jedoch niemand.“*

*Im Vergleich zu BRETZ, der seine eigenen Visionen (höherer Art) beschrieben hat, waren diese vielleicht intensiver in der Form, dass dort die physi-*

sche Ebene völlig verschwand und dass er eine sehr klare Aufgabe für viele Menschen zu übernehmen hatte (das wären meines Erachtens die zwei prägnanten Merkmale). Dies war auch ähnlich bei der Vision von JEANNE D'ARC. Wie jedoch durch die Experten deutlich wurde, sind diese Visionen auch ein Akt der Gnade und werden nur sehr wenigen Menschen zuteil. Bei 25 Teilnehmern innerhalb eines Zeitraumes von vier Tagen einen solchen „Akt der Gnade“ zu erfahren, ist nicht sehr wahrscheinlich. Diese großen Visionen können damit unmöglich Ziel des Visions-Coachings Allgäu sein. Die Teilnehmer hatten jedoch aus meiner Sicht alle visionsfördernde Erlebnisse und kleinere bis mittlere Visionen. Manche haben erfahren, was sie sich zu Anfang gewünscht hatten: Klarheit, Kraft, Vertrauen, Sicherheit, Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein. Vielleicht haben sie auch etwas anderes erkannt als sie wollten oder sich gewünscht haben; oder sie haben eine völlig neue Erfahrung mit etwas gemacht, das bis dato unbekannt war. Deutlich wurde jedenfalls in den Antworten, dass neben klaren, plastischen, dreidimensionalen Bildern besonders Gefühle von Vertrauen entstanden sind. Vertrauen in sich selbst und den Fluss des Lebens führt letztlich dahin, dass man Entscheidungen treffen kann, wieder weiter gehen kann, neues wagen kann, auch ohne eine klare Vorstellung oder gar Vision zu haben. Möglicherweise ist damit eine Vision „nur“ Mittel zum Zweck und wenn dem so ist, dann dürfte sie ihn für die meisten Teilnehmer erfüllt haben.

Des Weiteren lässt sich im Hinblick auf die Experten auch sagen, dass die beiden, die neben BRETZ von einer persönlichen Vision für sich sprachen (JOACHIM KAMPHAUSEN und LEELA MATA), diese nicht aufgrund ekstatischer Erleuchtungserlebnisse bekommen haben, sondern sie sei irgendwie schon immer da gewesen und zwar seit beide sehr jung waren.

Es lässt sich also die Erkenntnis ziehen, dass im Hinblick auf Visionen die Rolle der Erinnerung und die Rückverbindung zum innersten Kern eine wesentliche Bedeutung spielen. Dies ist in vielen Visionen der Teilnehmer der Fall gewesen.

## 7.6 INTEGRATION DER ERFAHRUNGEN

Hier lautete die Originalfrage: „Wie konnten Sie die Erfahrungen des Workshops in Ihr Leben integrieren?“

Insgesamt gaben die Teilnehmer an, dass sie die Erfahrungen im Visions-Coaching Allgäu persönlich sehr gestärkt haben und sie ihre Ziele konsequent umsetzen konnten. Ein nachhaltiges und anhaltendes Gespür dafür, was gut tut, beschreibt ein Teilnehmer wie folgt: „Habe gelernt auf mein Herz und nicht den Verstand zu hören (dann passieren schöne Dinge und alles ist leicht und mühelos)“ (Anhang M, S. 127, Z. 31/32).

Eine gesteigerte Achtsamkeit und Wahrnehmungsfähigkeit wurden ebenfalls genannt und zwar „indem ich meine Gedanken gelernt habe zu beobachten und zu steuern“ (Anhang C, S. 114, Z. 32/33).

Ein weiterer Teilnehmer habe folgende drei Schritte gemacht: „Vier neue Kunden angesprochen, tägliche Meditation, Wachheit für die Zeichen im Alltag“ (Anhang V, S. 138, Z. 27).

„Ich bin ruhiger geworden, ich ruhe mehr in mir selbst“ (Anhang U, S. 137, Z. 28). *Diese Gelassenheit führte bei dieser Teilnehmerin dazu, weniger zu arbeiten und mehr zu genießen (sie hatte sich selbst als Workaholic eingestuft).* Das hat sie sich u. a. mit dem Kauf eines „dicken Autos“ symbolisiert, wodurch sie vom „Heizer zum gemütlichen Fahrer“ mutiert sei (ebd.).

„Ich bin entspannter und auch im privaten Bereich habe ich eine gute Möglichkeit gefunden, mit besonderen Situationen umzugehen. Ich bin zufriedener und zuversichtlich, was die Zukunft angeht. Ich bin stolz auf meine Verhaltensweisen und weiß, dass ich ein »guter Mensch« bin. Ich habe gelernt, auf mich und meine Dinge zu achten, Negatives nicht auszublenden – dabei aber nicht die anderen Menschen um mich rum zu vergessen. Diese Art hatte ich auch schon vorher, aber sie hat sich in den Bergen irgendwie noch deutlicher herausgestellt“ (Anhang P, S. 131, Z. 34-39).

Ein Teilnehmer konnte seine langjährige Sucht vom Alkohol loslassen, als er das Bewusstsein dafür entwickelte, wie sehr die Sucht sein Vorankommen bestimmte und gab an, dass es erstaunlich leicht gewesen sei, die Sucht loszulassen (vgl. Anhang F).

*Bemerkenswert ist noch eine weitere Qualität, die sich bei manchen Teilnehmern eingestellt hat:* Ein innerer Friede oder eine Gelassenheit und, wie ein Teilnehmer erläutert, die Fähigkeit, Andere nicht zu bewerten (vgl. Anhang N).

Drei Teilnehmende hatten auf die Frage keine konkrete Antwort, nahmen aber an, dass die Erfahrungen vielleicht nicht bewusst integriert werden konnten oder dies einfach auch Zeit bräuchte.

Einem anderen wurde klar, dass er sich mehr mit seiner Rolle als Mann und Vater auseinandersetzen müsse, um sich seinen Kindern mehr und bewusster widmen zu können.

Zwei Frauen konnten ihre Weiblichkeit oder ihr Frausein stärken, was ihnen für schwierige Lebenssituationen Vertrauen schenkte. Eine ließ symbolisch dafür ihre Haare länger wachsen und gab auch an: „Ich lebe mein Leben viel mehr im Vertrauen und traue mich immer mehr, unangenehme Situationen zu klären“ (Anhang T, S. 136, Z. 30/31). Im anderen Fall ging es um die bewusste Entscheidung, Verantwortung zu übernehmen als erwachsene Frau und „dass ich mit Leichtigkeit durchs Leben gehen möchte“ (Anhang Q, S. 132, Z. 29), woran sie ihr Symbol – die Feder – immer erinnere. Ebenso die Erinnerung an die gewanderte Wegstrecke (Leben), die in für sie erreichbare Abschnitte eingeteilt dazu führte, dass sie diese dann erreichen konnte und meist noch mehr.

Eine Teilnehmerin äußert, dass sie durch die Erfahrungen im Visions-Coaching gelernt habe, sich selbst zu vertrauen, sich zu öffnen, sich hinzugeben und auf Gott zu vertrauen. Aufgrund dessen habe sie tatsächlich eine Ausbildung zur Yoga-Lehrerin begonnen und plane die Eröffnung einer Praxis für Yoga und Stressbewältigung. Die Trennung von ihrer bisherigen Firma

gehe damit einher. In einer Übergangsphase nehme sie dort noch Aufträge an, schaue aber sehr genau, was noch zu ihr passt und was eher nicht (vgl. Anhang A). *Zusatzinformation: Mittlerweile hat die Teilnehmerin die Ausbildung erfolgreich abgeschlossen. Sie hat ihren Trainingsschwerpunkt auf den Bereich Work-Life-Balance und Burnout-Prävention ausgerichtet und ist dort seit über drei Jahren erfolgreich tätig – und glücklich (Stand: Juli 2011).*

Eine andere Teilnehmerin erinnert sich immer wieder an schwierige und angsterfüllte, ebenso an glückliche und freudige Situationen des Visions-Coachings Allgäu. Wenn heute Einbrüche und Zweifel aufkämen, dann sagt sie sich: „Du hast die Kraft und die Fähigkeit und du schaffst es, genauso, wie du diesen Weg geschafft hast“ (Anhang E, S. 117, Z. 49; S. 118, Z. 1). Ihr stärkstes Werkzeug sei, dass sie will und glaubt, dass ihre Visionen wahr werden. *Zusatzinformation: Nach einem Burnout und einer „gescheiterten“ Selbstständigkeit nahm die Teilnehmerin zum ersten Mal kurz vor Beginn einer künstlerischen Ausbildung am Visions-Coaching teil. Sie hat die Prüfung vor zwei Jahren mit „sehr gut“ und besonderer Auszeichnung bestanden. Danach nahm sie ein weiteres Mal am Visions-Coaching teil und ist einige Monate später umgezogen. Sie arbeitet mit Freude wieder in ihrem Ursprungsberuf, jedoch nicht mehr selbstständig. Ihr künstlerisches Talent lebt sie derzeit auf privater Ebene aus, plant aber, dies irgendwann mit dem Gelderwerb zu verbinden (Stand: Juli 2011).*

In Bezug auf das Verwirklichen von Visionen hinsichtlich der beruflichen Entwicklung taucht bei zwei weiteren Teilnehmenden ein interessanter Aspekt auf. Sie konnten ebenfalls nach einer längeren Zeit wieder in ihren Ursprungsberuf zurückkehren, obwohl sie das zunächst nicht angestrebt hatten. *Vielleicht lässt sich diese Tatsache mit der Auseinandersetzung und Aussöhnung von alten, schmerzhaften Erfahrungen erklären, die als Blockaden das Weitergehen auf dem beruflichen Weg verhindern?* So sagte eine Teilnehmerin: „Dass ich nach 17 Jahren wieder in meinem Ursprungsberuf arbeite, hätte ich nie gedacht “ (Anhang K, S. 124, Z. 31/32). *Kommentar: Im Allgäu fand eine Aussöhnung hinsichtlich beruflicher Themen statt, die mit einer schwierigen Familiengeschichte gekoppelt waren.*

Die andere Teilnehmerin fing nach einer mehrjährigen Arbeitslosigkeit wieder an, in dem früheren Berufsbereich zu arbeiten: „dort wollte ich nie wieder hin“ (Anhang L, S. 126, Z. 9). Sie fühle sich heute dort sehr wohl, weil sie ihre wiederentdeckten Talente und Potenziale voll ausleben kann und im Allgäu herausgefunden habe, was ihr wichtig ist. Diese Erkenntnisse habe sie im Vorstellungsgespräch mit ihrer neuen Chefin angesprochen.

*Kommentar: Auch in diesem Falle war die Teilnehmerin als „Leistungschild“ sehr darauf bedacht gewesen, Anerkennung vom Vater zu bekommen, fiel aber zwei Mal durch eine wichtige Prüfung. Dieser Aspekt war bereits mehrere Jahre vor der Teilnahme am Visions-Coaching Allgäu Auslöser für einen Coaching-Prozess bei mir gewesen. Mit gewachsenem Selbstwert und Selbstbewusstsein konnte sie dann doch ihn ihren alten Bereich zurückgehen – diesmal mit weniger Druck, weniger Arbeitszeit und dem gesunden und wertschätzenden Klima im Unternehmen. Seit nunmehr vier Jahren arbeitet sie dort und scheint glücklich zu sein (Stand: Juli 2011).*

*In allen drei Fällen hat eine Aussöhnung mit sich und Anderen stattgefunden, wodurch die Teilnehmerinnen wieder in ihren Ursprungsberuf gehen konnten. Alle waren zuvor stark über ihre Grenzen hinausgegangen. Teil der Coaching-Arbeit vor dem Allgäu (in einem Falle auch durch parallele psychotherapeutische Unterstützung) war daher auch, die Wachheit für die eigene Gesundheit zu fördern, kreativen Dingen Raum und Ausdruck im Leben zu geben und sich für eine gewisse Zeit zu erlauben, aus dem Leistungsdruck auszusteigen. Dieser Prozess befähigte die Teilnehmerinnen, mit einem neuen Selbst-Bewusstsein, anderen Grenzen und Prioritäten wieder in das Berufsleben einzusteigen – auch in den zuvor so stark abgelehnten Bereich. Die bewusste oder unbewusste Entscheidung für diesen Wiedereinstieg trafen sie vielleicht im Allgäu.*

Abschließend betrachtet spielt auch die Natur bei der Integration in den Alltag eine Rolle, wie eine Teilnehmerin beschreibt: „Ich habe es mir zur Gewohnheit gemacht, so oft es mir möglich ist, in die Kommunikation mit der Natur und somit auch mit meinem Inneren zu gehen. Wenn Ängste kommen, nehme ich sie an und kann sie in den meisten Fällen auflösen. Ich ha-

be aus den Erfahrungen im Workshop meine ganz eigenen Fähigkeiten kennen und schätzen gelernt“ (Anhang O, S. 129, Z. 38-41).

*Zunächst wird deutlich, dass eine Integration im Alltag stark über die Erinnerung an das Erlebte geschieht. Hierbei spielen Symbole oder Erfahrungen während des Wanderns sowie die Natur eine Rolle.*

*Weiter zeigt sich, dass es für die Teilnehmer nicht unbedingt darum gegangen ist, Neues zu entdecken, sondern eher Bewusstheit für bereits Vorhandenes zu fördern. Dies hat mit Erkennen und letztlich mit einer Art Bestätigung und einem neuen Entschluss zu tun.*

*Für die Integration in den Alltag sind die kraftvollen Qualitäten, die die Teilnehmenden erfahren haben, offenbar wichtiger, als das konkrete Vorhandensein einer bestimmten Vision (obwohl ja sehr viele eine solche hatten).*

*Es verfestigt sich die Beobachtung, dass Visionen nicht um ihrer selbst willen für ein Coaching wichtig sind, sondern dass die Arbeit mit Visionen bestimmte Qualitäten wie Kraft, Klarheit, Mut etc. aktiviert und damit als Instrument dient.*

## 7.7 NACHHALTIGE VERÄNDERUNGEN

Die Originalfrage lautete: „Was ist jetzt anders als vor dem Visions-Coaching Allgäu?“

*Die Antworten der Teilnehmenden werden im Folgenden in alphabetischer Reihenfolge dargestellt. Aufgrund der starken Aussagekraft erfolgt dies sehr ausführlich und zum Teil bewusst unkommentiert.*

„Anders ist mein SEIN in der Welt. Im Allgäu habe ich Erfahrungen gemacht, an die ich mich oft erinnere“ (Anhang A, S. 111, Z. 45/46), wobei sich die Teilnehmerin auf die Arbeit mit den Elementen in der Natur bezieht. Es sei auch eine Art Heilung gewesen; „seitdem geht es mir besser, ich empfinde noch immer Trauer – doch ohne Drama“ (ebd., Z. 48/49).

„Dass ich mich doch auf Spiritualität einlassen darf oder kann“ (Anhang B, S. 113, Z. 36) was die Teilnehmerin als große Horizonterweiterung erlebe und was auch mit dem Thema Vertrauensvorschuss zu tun habe. „Vorher neigte ich dazu, eher Anderen (und auch natürlich den falschen) Vertrauensvorschüsse zu geben und weniger mir selber“ (ebd., Z. 39/40).

„Ich habe gelernt, mich mit anderen Menschen über Dinge auszutauschen, die ich vorher niemandem anvertraut hätte, dies war ein wichtiger Zugang zu vielen Gleichgesinnten“ (Anhang C, S. 114, Z. 38/39) und „ich lebe viel bewusster und habe meine Gedanken unter ständiger Beobachtung und nutze sie auch bewusst, um Visionen herbeizuführen“ (ebd., Z. 40/41).

„Zunächst habe ich eine Arbeit gefunden, die meinen Wünschen nach »weniger« entsprach und festgestellt, dass dies nur eine Illusion war. Demnach bin ich auf dem Weg, aber noch nicht am Ziel. Ich habe begonnen, mir lang vorgenommene Wünsche zu erfüllen und sie nicht vor mir her zu schieben“ (Anhang D, S. 116, Z. 32-35).

„ICH HABE EINE VISION, d. h. Glaube und Hoffnung und manchmal auch WISSEN“ (Anhang E, S. 118, Z. 6).



„Ich habe seither, außer einem Schluck Sekt vor einem Jahr, keinen Alkohol getrunken“ (Anhang F, S. 119, Z. 27).

Wenn diese Person das wirklich schafft, dann ist das Potenzial dieser Art von Arbeit weit höher einzuschätzen, als vermutet. Das Thema Sucht spielte in dem Vorbereitungs-Coaching schon offen eine Rolle. Aber es ging dabei um Zigaretten und auch um Beziehungssucht. Ich habe dem Teilnehmer für seine Offenheit gedankt und gesagt, er könne diese Thematik ruhig mit in die Berge nehmen, aber der Fokus stünde auf seinem beruflichen Vorankommen. Ich glaube, das Heilungserlebnis war, als wir auf über 2000 Metern Höhe Zeit dafür hatten, dass Jeder einen Entschluss fassen kann, was er endgültig hinter sich lassen will. Dieser Teilnehmer kam nach ca. einer Stunde völlig strahlend und aufgelöst auf mich zu und sagte, ich solle doch bitte unbedingt mitkommen, weil er mir seinen Platz zeigen wolle. Auf einer Anhöhe stand ein Gipfelkreuz, vor das er sich setzte. Er bat mich, ein Foto zu machen von ihm, mit dem Blick auf den „steinigen Hintergrund seiner Vergangenheit“ (s. auch Antwort 5, wo er dies als sein Visions-Bild angab). Erst später erzählte er, dass er dort oben auf dem Berg die Erkenntnis hatte, dass der Alkohol sein wahres Suchtproblem war, was er bis dahin ausgeblendet hatte. Ich weiß nicht, was da genau für ihn passiert ist, aber ich gehe davon aus, dass das Kreuz und die Höhe eine Wirkung hatten, die zu dieser Klarheit führten, weil die Bereitschaft des offenen und ehrlichen Hinsehens entstand.

In Bezug auf den tiefsten Herzenswunsch einer Teilnehmerin, sich voll und ganz auf die Beziehung zu einem Mann einzulassen, habe sich der Widerstand langsam aufgelöst. „Wie ich dort hinkomme – keine Ahnung – in mir lebt das Vertrauen, dass es so ist!“ (Anhang G, S. 120, Z. 48). Kommentar: Seit über 2 Jahren lebt sie glücklich in einer Beziehung (Stand: Juni 2011).

„Ich bin weiter, stärker, näher, lebe genussvoller, glücklicher und erfolgreicher“ (Anhang H, S. 121, Z. 33).

„Ich bin achtsamer mir selbst gegenüber, gelassener und habe für mich eigene stabile Kraft- und Energiequellen gefunden“ (Anhang I, S. 122, Z. 30/31).

Eine Person fand diese Frage schwer zu beantworten, ging aber von Folgendem aus: „Die ge- und erlebten Situationen arbeiten mit Sicherheit subtil in mir weiter und fließen in mein Denken und Handeln ein“ (Anhang J, S. 123, Z. 27/28).

*Bis dato wird erneut deutlich, dass die Teilnehmenden nur am Rande von Visionen sprechen. Häufiger wird die Qualität von Vertrauen in den unterschiedlichsten Ausprägungen beschrieben: in sich, in andere, Ur-Vertrauen oder Gottvertrauen. Auch eine geschärfte Selbstwahrnehmung für die eigenen Bedürfnisse und das, was daraus resultiert – Ruhe, Gelassenheit, Zufriedenheit mit sich und dem, wie man ist – sowie Qualitäten von Heilung, Hoffnung, Kraft und auch Glück werden als das beschrieben, was jetzt anders im Leben der Teilnehmenden ist, als vor dem Visions-Coaching. Insgesamt scheint dabei eine große Bereitschaft zur Öffnung maßgeblich gewesen zu sein.*

*Die Ebene Beruf – Berufung steht dabei in den Antworten nicht im Vordergrund, sondern wird maximal als einer von mehreren Aspekten genannt. So auch in der folgenden Antwort: „Ich habe eine neue Arbeitsstelle. Ich habe mehr Zeit für mich, da ich weniger arbeite und nutze diese Zeit u. a. zur kontinuierlichen Reflexion [...]. Ich bin zufriedener mit mir und meinem Leben. Ich weiß, dass ich eine gute Mutter bin (vorher habe ich das nur geglaubt – es grüßt das Schuld- Thema“ (Anhang K, S. 124, Z. 37-42).*

*„Mein ganzes Leben hat sich verändert. Ich bin nicht mehr dieselbe, wie vor dem Workshop. Mein Bewusstseinszustand hat sich total verändert. Ich weiß jetzt, wer und was ich bin“ (Anhang L, S. 126, Z. 40/41).*

*Erwähnenswert ist, dass diese Bewusstseinsveränderung sich nicht in einer „spirituellen Abgehobenheit“ äußert, sondern durch eine andere Art des Seins mit sich und der Umwelt, wie auch im nächsten Fall gezeigt wird.*

*„Ich bin offener für Neues. Ich nehme die Dinge auf einer anderen Bewusstseinsebene wahr. Ich spreche über meine Gefühle und Wünsche. Das Verhältnis zu meinem Vater ist herzlicher und offener geworden. Ich versuche*

nicht mehr, es jedem Recht zu machen, sondern höre auf meine eigenen Bedürfnisse. Ich genieße es, mir selbst etwas Gutes zu tun“ (Anhang M, S. 127, Z. 35-38).

*Immer wieder wird das Bewusstsein der eigenen Bedürfnisse von den Teilnehmenden genannt, dass sie zu dem äußern, was anders geworden ist. Ein Rückgriff auf die in Kapitel 4.5 beschriebenen methodischen Zugänge für Coaching-Anlässe, bei Veränderung auf der Bedürfnis- und Werte-Ebene zeigt, dass die im Visions-Coaching Allgäu kombinierten Ansätze durchaus sehr wirkungsvoll gegriffen haben. Die kreative und interaktive Erlebnis- und Erfahrungsausrichtung in diesem Konzept hat damit nachhaltige Veränderungen ermöglicht und zwar in völlig unterschiedlichen Lebensbereichen.*

*Da das Thema Beruf und Berufung in der bisherigen Auswertung der schriftlichen Befragung kaum auftauchte, stellt sich die Frage, warum das so ist. Ein Grund dafür ist sicher, dass das Seminarkonzept vor dieser Doktorarbeit entstanden ist bzw. umgesetzt wurde. Der Fokus lag schon auf beruflichen Themen und der Selbst- und Sinnfindung generell, doch nicht explizit auf dem Wandel vom Beruf zur Berufung.*

*Es hätte allerdings sein können, dass das gezielte Fördern von Visionen (was im Seminarkonzept der Fokus war), in der Folge auch das Thema Berufung mit umfasst. Das kann jedoch aufgrund der Antworten der Teilnehmer nicht bestätigt werden. So scheinen die Teilnehmenden wichtige persönliche Entwicklungsschritte gemacht zu haben, die sich möglicherweise mittelbar auch auf das Thema Berufung auswirken könnten.*

*„Ich bin einen wichtigen Schritt weiter gekommen und damit ist mein Selbstwertgefühl größer geworden, was mich wiederum glücklich macht. Ich bin übrigens immer öfter glücklich“ (Anhang N, S. 128, Z. 41/42).*

*„Ich habe seit dem Visions-Coaching im Allgäu frischen Mut entwickelt und eine neue Selbstständigkeit – meiner Talente und Fähigkeiten entsprechend – begonnen. Ich probiere heute Dinge aus, auch mit dem Risiko zu scheitern. Ich habe viele neue wichtige Beziehungen zu liebevollen Menschen*

aufbauen können. Ich habe im Visions-Coaching viel über mich als Mensch und Wesen erfahren und dies zu schätzen und zu würdigen gelernt. Mein Selbstbewusstsein und mein Bewusstsein im Allgemeinen sind sehr gewachsen. Ich traue mich, andere Menschen zu ermutigen, ihr Leben selbstverantwortlich und auf kreative Weise in die Hand zu nehmen. Ich spüre wieder viel mehr Lebendigkeit in mir und freue mich sehr darüber“ (Anhang O, S. 130, Z. 2-9).

„Ich bin gefestigter und weiß, dass ich Grenzbereiche betrachten kann und dass ich mit »darüber reden« gut an den Dingen arbeiten kann“ (Anhang P, S. 131, Z. 42-44). „Für meine berufliche Führungsposition habe ich den Nutzen gezogen, dass ich die Feinfühligkeit für meine Mitmenschen geschärft habe und auch meine Schwachpunkte besser kenne als vor den Bergen“ (ebd., Z. 47-49).

„Hierdurch habe ich mich mal etwas genauer »angeschaut« und dies auch zugelassen. Anschließend wusste ich, ich werde hier weiter machen und bin auch im Moment noch mitten drin“ (Anhang Q, S. 132, Z. 34/35).

„Diese Frage kann ich nicht genau beantworten, da ich mich in einem Wandlungsprozess befinde, welcher mir auch erst seit ca. 2 Jahren bewusst ist. Männer über 40 in der Sinnkrise; -)! Vielleicht bin ich offener geworden. Offener für andere Sichtweisen und ich gebe mir Mühe, nicht so schnell in eine abweisende oder weigerliche Haltung zu kommen. Ich bemühe mich, bewusster und offenen Auges durch die Welt zu gehen, mehr wahrzunehmen, auch um entsprechend darauf zu reagieren. Ich drehe mich zurzeit zwar noch viel um mich selbst, doch anders als vorher, nicht mehr so unbestimmt (narzisstisch), sondern reflektierter und zielgerichteter“ (Anhang R, S. 134, Z. 2-8).

„Ich bin um eine schöne Erfahrung reicher“ (Anhang S, S. 135, Z. 37).

„Für mich war die Teilnahme an dem Coaching ein wichtiger Schritt zu Mir. [...ich...] lebe meine Intuition und baue diese Gabe als Alltagswerkzeug immer öfter mit ein“ (Anhang T, S. 136, Z. 34-36).

„Ich habe das Gefühl, dass ich jetzt einen Plan vom großen Ganzen habe und ich ein wichtiger Teil vom großen Ganzen bin. Ich habe einen Auftrag und finde gerade heraus, welcher dieser ist. Ich fühle mich auch freier, betreffend meiner Zwänge und Ängste“ (Anhang U, S. 137, Z. 35-37).

„Die Zufriedenheit, dass ich das Richtige in meiner beruflichen Erfüllung tue und auf meinem spirituellen Weg bin und bleibe“ (Anhang V, S. 138, Z. 30/31).

*Besonders diese letzten beiden Zitate zeigen doch, dass das Thema Beruf und Berufung eine Rolle spielte.*

*Natürlich haben die Teilnehmer auch Höhen und Tiefen in der Zeit nach dem Coaching durchlaufen, was eine Teilnehmerin sehr intensiv erlebt hat, die aufgrund einer schon lange bestehenden bipolaren Tendenz zwischenzeitlich auch ein großes Tief hatte. Aber selbst in dieser Phase hat sie für sich erkennen können, „dass jedes Ding seine Zeit hat“ (Anhang B, S. 113, Z. 43), auch die Verwirklichung von Visionen und hierzu viel Geduld erforderlich sei.*

*Fazit:*

*Zusammengefasst kann ergänzt werden, dass in den Antworten noch die Qualitäten wachsender Selbstwertigkeit und Selbstliebe deutlich wurden. Immer wieder erkennbar ist der Kraft spendende Aspekt sowie eine Festigung und Stabilisierung der Personen.*

*Im Visions-Coaching Allgäu findet meines Erachtens eine starke Selbstheilung statt, ganz besonders in einer Phase, in der die Teilnehmer für die eigentliche Auseinandersetzung meist ganz allein sind. Sie wählen sich dazu einen Platz in der Natur und sie bestimmen, welchem Thema sie sich öffnen wollen, um es aus ihrem Leben zu verabschieden bzw. um diesem die Macht über ihr Vorankommen zu nehmen. Selbst wenn es um berufliche Themen geht, werden hier meist ganz persönliche Erfahrungen, oft auch aus der Kindheit, verwandelt. Die Teilnehmer kreieren ihren eigenen Rahmen, ihr eigenes Ritual und sie wissen, dass sie das, was sie bereit sind anzuschauen, auch ganz allein bewältigen können. So gesehen erfahren die Menschen,*

dass sie nicht Opfer der Umstände sind, sondern einen aktiven Einfluss auf die Veränderung einer Situation haben.

Für mich ist dieser Tag bzw. diese Phase die intensivste und anspruchsvollste, was die Begleitung angeht. Ich sitze in dieser Zeit meist meditierend und unterstützend in Gedanken an einem Platz, zu dem die Teilnehmer jederzeit zurückkommen können. Außerdem bin ich über Handy erreichbar. Die größte Herausforderung liegt aber genau in dem, was den Teilnehmenden die größte Heilung bringt: in der Eigenverantwortung. Mein Glaube an sie und dass sie das allein schaffen, ist meines Erachtens nach wichtigster stützender und begleitender Anteil in dieser Phase des Prozesses. Jeder von ihnen weiß, dass er nachher im Kreis das jeweils Erlebte teilen kann. Ich habe größte Hochachtung vor den Themen, denen sich die Menschen dort stellen. Es sind oft existenzielle Themen, die später echte Wendepunkte darstellen. Was also letztlich für die Teilnehmer passiert und was sich verändert, kann vorher nie gesagt werden. Es sind die Themen, die für jeden Einzelnen an der Zeit sind, in denen eine Wandlung geschieht. Draußen in der Natur können die Menschen Antworten auf Fragen und Impulse für ihre nächsten Schritte finden. Sie gehen zur Visionsfindung raus und kommen mit ihrer Wahrheit im Herzen zurück. Diese beginnen sie nach und nach und Stück für Stück zu leben. Die inneren Bilder und Erlebnisse tragen sie nachhaltig, weil sie sich immer wieder daran erinnern können, was sie erlebt haben. Viele haben sich als ein Teil des Ganzen erlebt – eingebettet in die Kraft der Natur, in einen größeren Kontext. Sie haben ihre oft eingeengten Blickwinkel erweitert und mit dieser Erfahrung kann sich ein Grad an neuer Bewusstheit in ihr Leben einprägen und es mitbestimmen, auch auf ihrem Weg hin vom Beruf zur Berufung. Die Ängste, die oft zu Anfang da sind, haben sich in Vertrauen verwandelt, so wird es aufgrund der schriftlichen Befragung der Teilnehmer des Visions-Coaching Allgäu auch deutlich. Anders als vorher ist zusammengefasst:

- Mehr Selbstvertrauen, Zufriedenheit und Gelassenheit
- Heilung und Gefühle von Freiheit und Glücklichkeit
- Mehr Klarheit, Kraft und Mut
- Eine größere Offenheit und verstärkte bewusste Wahrnehmung
- Ein gewachsenes Ur- oder Gottvertrauen
- Mehr Selbstliebe und Fürsorge für das eigene Wohl

### III. ZUSAMMENFASSENDE BETRACHTUNG

In diesem Teil erfolgt der abschließende Vergleich von Theorie und Empirie, eine ausführliche Reflexion und Verdichtung der Forschungsergebnisse.

Für das „Dreiecksverhältnis“ Theorie (geronnene Erfahrung und Abstrahierung derselben), Experten-Interviews (geronnene Erfahrung auf der Basis großer Fallzahlen) und Ergebnisse der schriftlichen Teilnehmerbefragung war am Wichtigsten:

- Deckungsgleichheit speziell im Hinblick auf den Visionsbegriff
- Die Betrachtung des Visionsverständnisses in unterschiedlichen kulturellen Kontexten
- Unterschiedlichkeiten bzw. neue Erkenntnisse aus diesem Vergleich
- Die Differenzierung der Begriffe Beruf und Berufung
- Das Aufzeigen unterschiedlicher Wege zur Berufung
- Die Rolle von Visionen speziell in Bezug auf das Thema Berufung
- Betrachtung der Möglichkeiten zur Förderung von Visionen
- Verallgemeinerbares Auflösen von Blockaden im Hinblick auf Visionen
- Methodische Zugänge für die Arbeit mit Visionen im Coaching
- Entstehen von Gestaltungsräumen durch die Arbeit mit Visionen
- Die Wirkung der Natur und des Wanderns im Hinblick auf Visionen
- Die Wirkung der Orientierung an der klassischen Visionssuche und am Konstrukt des Medizinrades für die Arbeit draußen in der Natur
- Symbole und metaphorischer Gehalt der Erlebnisse der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu

Zu Beginn wird in Kapitel 8 die Reflexion der Arbeit im Visions-Coaching Allgäu anhand zwei retrospektiver Interviews dargestellt. Hintergrund der retrospektiven Interviews war, eine kritische Selbstreflexion zu vollziehen. Die Supervisorin verfolgte im ersten Interview die Intention, meine eigene anfängliche Erinnerung zu aktivieren, um so die Entwicklung über die bis dato vierjährige Forschungszeit zu fokussieren.

Dieses Interview (Punkt 8.1 bis 8.7) entstand im November 2009, nachdem alle fünf Experten-Interviews ausgewertet waren.

Die Querschnittsbetrachtung der schriftlichen Befragung der Teilnehmer sowie eine grobe Auswertung derselben waren abgeschlossen. Das Interview wurde anhand eines halbstrukturierten Interview-Leitfadens von meiner Supervisorin mit mir geführt. Bei den Fragen handelte es sich allerdings nicht um die gleichen Fragen, wie sie den Experten gestellt wurden, sondern um die Fragen aus dem Leitfaden der schriftlichen Befragung der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu. Dadurch sollte die Prozessarbeit als eine Art rekonstruierte teilnehmende Beobachtung reflektiert werden. Bei der Transkription wurden nur minimale Korrekturen in der Ausdrucksweise vorgenommen, um die supervisorische Wirkung nicht zu verzerren.

Um das verdichtete Experten-Wissen und die neuen Erkenntnisse komplex erfassen zu können, wurde ein zweites Interview gegen Ende der gesamten Forschungszeit (Sommer 2010) mit mir geführt. Die Essenzen dieses Interviews werden in Punkt 8.8 zusammengefasst dargestellt. Die Fragen wurden hier frei von der Supervisorin gestellt.

In Kapitel 9 fließen die Erkenntnisse aus dem Theorieteil (Kapitel 2 bis 5) und den Experten-Interviews (Kapitel 6) zusammen.

Um die Forschungsfragen abschließend zu beantworten und die neu gewonnenen Erkenntnisse herauszustellen, findet in Kapitel 10 das Gesamt-Fazit aller drei Teile dieser Arbeit statt. Eine kurze kritische Auseinandersetzung sowie ein Ausblick geschehen am Ende dieses letzten Kapitels.



## 8. RETROSPEKTIVE INTERVIEWS COACHING ALLGÄU

### INTERVIEW I (November 2009)

#### 8.1 BERUFLICHE AUSGANGSSITUATION SABINE BLÄSING

Originalfrage Supervisorin:

In welcher beruflichen Situation befandest du dich, als du mit den Workshops begonnen hast?

Antwort SB:

Ich war ja keine Teilnehmerin am Workshop und beziehe das jetzt auf das erste Visions-Coaching. Ich stand an einer beruflichen Veränderungsschleife, wo ich gemerkt habe, dass ich nicht mehr nur Coaching in Beratungsräumen und klassischen Settings machen möchte, sondern ich wollte tiefer gehen: tiefer, intensiver, mehr raus aus dem Alltag, mehr raus aus eingefahrenen Strukturen und engen Räumen. Einfach selber auch in einem intensiveren Bezug zur Natur arbeiten, weil das auch ein Teil von mir war und ist; weil ich ganz viel Kraft und Heilung in der Natur – speziell auch im Allgäu – erfahren hatte und das sollte mehr Inhalt meiner zukünftigen Arbeit werden.

Nachfrage Supervisorin:

Warst du damals überarbeitet? Du warst ja selbstständig, deine eigene Chefin. Warst du abgesehen davon mit irgend etwas anderem unzufrieden an deiner beruflichen Situation?

Antwort SB:

Ja, unzufrieden, weil ich das Gefühl hatte, ich werde das so nicht mehr lange machen. Ich war nicht überarbeitet, ich war eher unterfordert und es war mir zu flach und wenn ich nicht eine andere Tiefe in meine Arbeit gebracht hätte, dann hätte ich wahrscheinlich mein Bisheriges aufgegeben.

## 8.2 ERWARTUNGEN VISIONS-COACHING ALLGÄU

Originalfrage Supervisorin:

Was hast du dir durch dieses erste Visions-Coaching im Allgäu versprochen?

Antwort SB:

In erster Linie habe ich mir davon versprochen, dass es hoffentlich funktioniert. Denn es ist ja auch ein Ausprobieren einer neuen Methode beziehungsweise sogar einer Methodenkombination gewesen. Nämlich aus allem, was ich bisher klassisch im Coaching für Menschen in einer beruflichen Neuorientierung gemacht habe und es war ein Anlehnen an die Visions-Suche, also an eine sehr alte Initiationsmethode, bei der ich/wir aber den Schwerpunkt für diese Methoden-Kombination auf das Thema Beruf – Berufung gelegt haben. Ich hab mir versprochen, dass die Menschen durch den veränderten Rahmen und den intensiveren Bezug zur Natur mehr ins Fühlen und aus dem Kopf rauskommen und dadurch im besten Falle so etwas wie eine Vision für sich erleben und im allerbesten Falle ihre Berufung für sich erahnen.

## 8.3 VISIONEN IM VERSTÄNDNIS VON SABINE BLÄSING

Originalfrage Supervisorin:

Was verstehst du eigentlich unter dem Begriff Visionen? Eine große Frage?

Antwort SB:

Heute, nach 3/4 der Dissertationszeit, ist das sicherlich etwas Anderes als am Anfang. Aber ich versuche mich noch mal zu erinnern, was ich am Anfang darunter verstanden habe. Am Anfang war für mich Vision etwas sehr Großes, etwas, das der Mensch nicht wirklich aktiv selbst macht und kreieren kann, sondern was ihm eher passiv widerfährt. Ob das nun aus der Tiefe eines Menschen, von seiner Seelenebene, von einer höheren Instanz kommend dem Menschen widerfährt oder sich aus der Intuition heraus irgendwie ausdrückt – in Form von Bildern, von Gefühlen, von Worten –, sei mal dahingestellt. Vision war und ist für mich nicht nur auf Bildhaftes beschränkt – obwohl das Wort Vision ja von visere, also von sehen kommt. Heute kann ich sehr sehr gut mit einem der Experten, den ich interviewt habe, übereinstimmen – VOLKER BRETZ –, der Visionen in größere Visionen (höherer Ordnung), mittlere und kleine Visionen aufdröselte. Die großen Visionen entsprechen dem, wie ich Visionen am Anfang definiert habe. Es gibt nach seiner

Definition so genannte mittlere Visionen, die sich im Laufe des Lebens irgendwie verändern und langsam entwickeln und durchaus von uns – vom Ego her – kreiert sind, auch auf sehr kreative Art und Weise. Dann gibt es noch die kleinen Visionen, die würden eher dem nahe kommen, was wir unter Zielen verstehen, wo auch Wünsche mit reinspielen, die aber sehr menschlich sind – menschliche Bedürfnisse also. Ja, je nachdem wie weit ein Mensch offen ist oder wie weit er in seiner persönlichen Entwicklung oder Selbstverwirklichung gekommen ist, kann er zu der einen oder anderen Visions-Form kommen. So, jemand der relativ neu dabei ist sich zu entdecken, der wird eher erstmal kleine Visionen haben und jemand der vielleicht schon viel meditiert hat, viel Innenschau betrieben hat, eine gute Verbindung zu irgendeiner göttlichen Instanz hat oder in einem tiefen Glauben verankert ist, der hat durch die entsprechenden Vorbereitungen – auf die wir später noch kommen – auch die Chance so etwas wie eine größere Vision zu bekommen. Wobei die größeren Visionen offensichtlich – laut Experten-Interviews – alle ein Akt der Gnade zu sein scheinen; also sie sind nicht wirklich anzapfbar, steuer- oder herbeirufbar.

## 8.4 ERLEBNISQUALITÄTEN IM VISIONS-COACHING ALLGÄU

Originalfrage Supervisorin:

Wenn du dich erinnerst an das erste Visions-Coaching, was ist während dieses Workshops in dir passiert?

Antwort SB:

Innerhalb dieses Workshops bin ich in meiner Rolle als Leiterin auf die Probe gestellt worden. Mir ist da noch mal bewusst geworden, wie wichtig es ist, dass ich einen geschützten Raum und Rahmen für die Menschen halte, die ich begleite. Ganz besonders deswegen, weil ich mit ihnen auch einen „gesicherten Innenraum“ verlasse und mich mit ihnen draußen in der Natur befinde. Ein äußeres Koordinatensystem wie die vier Elemente und Himmelsrichtungen, die wir ja systematisch durchlaufen haben, bildet eine ganz wichtige Struktur hierbei. Es wirkt festigend und ist auch Methode letzten Endes. Was ist noch in mir passiert? Ich bin sehr ehrfürchtig geworden, weil ich gemerkt habe, wie tief diese Arbeit für die Menschen tatsächlich gehen kann. Es geht längst nicht nur um Beruf oder Berufung, sondern auch um eine Begegnung mit den lichtesten und den dunkelsten Seiten der menschlichen Seele. Auch wenn ich mit der Berufspersönlichkeit eines Menschen arbeite, so lassen sich die gesamten Facetten des Menschen nicht davon trennen. Es geht sogar eher um Integration all dieser Facetten. Als Leiterin muss ich darauf

gefasst sein, dass dadurch sehr viel im Menschen aufbricht, was ich dann – und auch die Gruppe, die miteinander durch diesen Prozess geht – einfach an schwierigen Punkten halten muß. Diese Erfahrung war während des ersten Seminars ganz wesentlich. Außerdem war ich am Ende fasziniert, wie toll der Prozess für jede einzelne Frau funktioniert hat und wie viel Verbundenheit alle für sich wieder erfahren haben. *(Bemerkung: dieses erste Seminar war ein reines Frauenseminar und wurde von mir allein geleitet).*

Zusatzfrage Supervisorin:

Das letzte Visions-Coaching, das du gemacht hast – also das letzte bisher –, was ist da in dir passiert?

Antwort SB:

Das ist witzig, ich wollte jetzt gerade über ein anderes erzählen, als über das letzte, aber ich erzähle dann über das letzte. Das bis dato letzte war im Juni 2009 und da stand ich wiederum selber an einer Schwelle, wo ich überlegt habe, werde ich die Arbeit weitermachen oder nicht. Denn klar war, ich würde sie alleine weitermachen ohne den Partner, der in der Zwischenzeit in den anderen Coachings mit dabei gewesen war. Ein Teil von mir – nennen wir ihn den Ego-gesteuerten Teil – der hätte sich am liebsten zurückgezogen und hätte gesagt: die Arbeit ist mir zu intensiv, die ist mir zu anstrengend, die kostet zu viel von meinem Persönlichen; ich hab auch meine eigenen Sachen, ich muss erstmal jetzt meinen Schmerz verarbeiten, der auch durch die Trennung von diesem Partner mit entstanden ist. In diesem Coaching ist mir aber ganz deutlich fühl-, spür- und hörbar geworden, dass ich „meinen Platz im Allgäu einnehmen solle“. Das habe ich so für mich übersetzt, dass ich diese Arbeit weitermachen soll. Da war klar, auch das war und ist Teil meiner Vision. Mit dem Verständnis, dass ich zu dem Zeitpunkt schon über Visionen hatte, geht es an irgendeinem Punkt nicht mehr darum, ob ich persönlich das jetzt gerade will oder toll finde, sondern da geht es wirklich auch um einen Dienst und eine Aufgabe, die ich übernommen habe. Das heißt in schwierigen Phasen – auch in schwierigen persönlichen Phasen – mich dem zu stellen, mich leiten zu lassen, führen zu lassen, unterstützen zu lassen und nicht aufzugeben. Das ist das, was in dem letzten Seminar für mich passiert ist.

Nachfrage Supervisorin:

Dann das, von dem du zuerst erzählen wolltest. Was ist denn da für dich passiert?

Antwort SB:

Na ja, wenn man in der Symbolsprache des Medizinrades sprechen würde, dann würde ich sagen, da hat es eine „ziemliche Westkonfrontation“ gegeben. Westen ist eher das Dunkle, das Unangenehme, auch mit Schmerz, mit Angst, mit Abschied und solchen Dingen verbunden. Da ist ein Teil unserer Gruppe Zeuge eines Todes geworden. Nicht in unserer Gruppe, sondern ein anderer Mann ist am Berg durch einen Herzinfarkt verstorben. Mein Partner und ein Teilnehmer sind zurückgegangen, weil sie Hilferufe gehört haben und ich bin mit dem anderen Teil der Gruppe fernab geblieben. Das war jetzt für uns keine gefährliche Situation, weil es auch an sich kein gefährlicher Berg war, aber wir waren eine Dreiviertelstunde voneinander getrennt und ich konnte nur sehen, dass irgendwann der Hubschrauber landete. Ich habe dunkle Raben da kreisen sehen und ich habe gewusst, der Mann ist gestorben. Das hat mich sehr auf den Boden der Realität zurück geholt, weil ich mir wirklich überlegt habe, was ist, wenn jetzt einer deiner Teilnehmer gestorben wäre. Ist es das wirklich wert, dieses Risiko, das man ja als Selbstständige zu tragen hat. Ob das nun Schuld oder Nichtschuld, Sorgfaltspflicht oder Nichtsorgfaltspflicht ist, aber es ist ein riesiger Rattenschwanz, der auf einen zukommen kann, wenn einfach was passiert. Das ist mir daran sehr deutlich geworden. Ich hab dann auch ein gutes Jahr nichts gemacht, weil ich gemerkt habe, ich hab manche Dinge nicht in der Hand, aber ich habe unter Umständen die Konsequenzen dafür zu tragen.

Zusatzfrage Supervisorin:

Wie hat dieses Erlebnis dich beeinflusst, wenn du an dein nächstes Visions-Coaching denkst?

Antwort SB:

Es hat mich insofern beeinflusst, dass untrainierte Menschen mit extremem Übergewicht oder Menschen, die gesundheitlich vorbelastet sind, einfach die Berge und das Klima im Allgäu nicht unterschätzen dürfen. Es geht darum, eine sanfte Arbeit, schon in intensiver Verbindung mit Wandern und dem Sein in der Natur zu machen, aber es geht nicht um körperliche Hochleistungen bei dieser an sich schon sehr intensiven Arbeit. Dass Menschen aufgrund von Defiziten in ihrer persönlichen Struktur im schlimmsten Falle sterben können, dafür könnte ich nichts, aber letzten Endes würden sie das in meinem Verantwortungsrahmen erlebt haben. Also, es hat mich vorsichtiger sein lassen mit dem, was ich den Menschen auch körperlich zutraue. Selbst wenn die sich das zutrauen, würde ich drei Mal mehr vorsichtiger sein und sagen: nein, wenn ich Bedenken habe.

## 8.5 VISIONSARTEN IM PROZESS

Originalfrage Supervisorin:

Hattest du selbst Visionen? Und wenn ja welcher Art? Also egal ob klein, mittel oder groß?

Antwort SB:

Ich muss allgemein antworten, denn in diesem ersten Seminar kann ich mich nicht erinnern, dass ich Visionen hatte. Ich hatte auch um keine gebeten. Ich gehe generell immer auch ein Stück mit in diesen Prozess rein, aber ich bin keine aktive Visions-Suchende. Ich überlege gerade, ob da irgendwas war. Mir ist da etwas deutlich geworden, auch in dem Dialog mit den anderen Frauen: Dass es darum geht, zu schreiben, altes Wissen und alte längst vergessene Methoden und Zugänge zu innerer Weisheit zu entdecken; Zugänge zu dem zu schaffen, was unsere Seele an Botschaften für uns hat, Menschen dabei zu unterstützen, dass dieses Wissen wieder durchdringen kann. Das ist aber keine neue Vision gewesen, sondern meine Ursprungsvision – die ist 2002 im Allgäu entstanden – in einem anderen Kontext. Aber ich hatte in diesem ersten Coaching in 2006 das Gefühl, ich docke jetzt da wieder an und ich hab quasi eine Bestätigung erfahren. Jede Visions-Suche ist in der Regel auch eine Bestätigung von etwas, das schon da ist.

Zusatzfrage Supervisorin:

Hast du denn in den darauf folgenden Visions-Coachings bis dato selber noch mal eine andere Vision erlebt, auch wenn du nicht darum gebeten hast?

Antwort SB:

Ja, habe ich! Es ist ja das eine, was ich mir wünsche, was ich mir auch kreierte. Das war unter anderem, ein Seminarhaus im Allgäu mit aufzubauen. Das ist aber keine von oben gegebene, intuitiv hervorgetretene Vision, sondern das war eher ein Wunsch und ein Bedürfnis und das ist in dem Sinne dann keine Vision. Das habe ich verwirklicht. In Bezug auf das Seminarhaus selbst, ist es letztlich schief gegangen. Ich weiß heute, dass da zu viel Wollen mit bei war – und das hat meistens auch nichts mit einer Vision zu tun. Es ist schon eine Vision, aber eine, die vom Ego gesteuert ist und das kann dann halt auch als gescheitert betrachtet werden, wenn es nicht die Form annimmt, die man sich vorstellt. Möglicherweise ist man aber nicht gescheitert, sondern Dinge waren zu früh, der Rahmen hat nicht gestimmt, die Menschen waren nicht die passenden oder hatten ihre eigenen Vorstellungen usw. Mehr visionären Charakter hatte die Eingebung „Nimm deinen Platz im Allgäu ein!“ Als ich eigentlich nicht wirklich weitermachen wollte, wo ich kurz davor

war, dem Allgäu den Rücken zu kehren, tauchte das auf. Das hatte insofern was Visionärisches, weil es nicht vom eigenen Wollen her bestimmt war, sondern in diesem Moment wäre das eher das Gegenteil gewesen – zu gehen.

Zusatzfrage Supervisorin:

Wann war das? Erläutere das noch mal – in welchem Zusammenhang?

Antwort SB:

Das war schon darum gebeten. Als ich beim letzten Coaching im Frühjahr 2009 unterwegs war, wo ich gegen Ende der vier Tage auch für mich gefragt habe: „Ja, und wie soll das denn jetzt hier weitergehen mit dieser Art von Arbeit im Allgäu? Was soll ich machen? Geht es darum, dass es zu Ende ist? Hab ich mich geirrt? Ist es der falsche Platz? Der falsche Ort? Der falsche Zeitpunkt? Ich dachte, ich solle doch einfach auch diese wunderbare Arbeit hier den Menschen eröffnen? Nun sieht es so aus, dass mein Lebensmittelpunkt wieder Kassel ist?“ und da tauchten ganz klar, scharf in mir innen die Worte auf: „Nimm deinen Platz ein im Allgäu“ und irgendwie war da auch nichts dran zu rütteln, in dem Sinne, dass ich sage: „Nee, das mach ich jetzt aber nicht“. Das hätte ich tun können, ja. Aber so, wie ich meine Arbeit verstehe, höre ich auf solche Sachen und das hab ich auch dann gemacht. Ich weiß noch nicht, mit welchem Ergebnis und was dabei heraus kommen wird. Das werden wir ja jetzt sehen.

## 8.6 INTEGRATION DER ERFAHRUNGEN

Originalfrage Supervisorin:

Wie konntest du denn die Erfahrungen des ersten Visions-Coachings in dein Leben integrieren?

Antwort SB:

Ich habe sehr viel mehr Vertrauen zu meiner tatsächlichen, wirklichen Stärke und Größe bekommen, aber auch sehr viel mehr Ehrfurcht und Demut erfahren, vor dem, was größer ist als ich und ich habe wirklich wirklich verstanden und erfahren, dass ich nur Werkzeug bin und dass ich auch nur Dienende bin. Dass ich es nicht mache, dass ich es auch nicht machen muss. Dass ich wichtig bin, aber nicht wirklich wichtig. Dass ich eine Rolle habe, aber keine Rolle spiele. Dass ich als Leiterin nicht wirklich leiten muss, aber präsent sein muss. Dass es darum geht mit zu fühlen, aber nicht mit zu leiden und dass auch ich mich – und das ist etwas unheimlich Befreiendes –, dass ich ganz ich selbst sein muss, damit ich diese Arbeit

machen kann: Ganz authentisch, mit allem, was diese Arbeit und die Prozesse der Menschen mit mir machen. Auch was der Prozess, durch den ich selber mitgehe oder dessen Teil ich bin, was der mit mir macht, mich auch damit zu zeigen. Mich hat diese Art, dieses erste Visions-Coaching Allgäu, unendlich befreit von der Vorstellung davon, was ich alles können oder leisten muss oder wie ich zu sein habe. Ich hab da eigentlich – nicht nur eigentlich – eine Freigabe für maximales Authentischsein gekriegt und auch die dringende Notwendigkeit, dass ich das sein muss, damit ich diese Arbeit machen kann.

Zusatzfrage Supervisorin:

Gab es denn auch Erfahrungen, die du nicht integrieren konntest in deinen Alltag, zurückgekehrt aus dem ersten Visions-Coaching?

Antwort SB:

Ja, ich konnte hier in meinem Alltag in Kassel leider nicht so intensiv mit den Menschen arbeiten wie im Allgäu. Das hab ich immer sehr bedauert, weil ich das Gefühl hatte, ich kratze nur ein Stückchen an der Oberfläche und wir kommen nicht wirklich tief und alles hat irgendwie sehr viel länger gedauert und ich bin an sich ein sehr ungeduldiger Mensch. Ich hätte mir diese vier Intensiv-Tage gewünscht – für viele Menschen. Mir hat mal jemand über Wochenendseminare gesagt, sie seien eigentlich eher wie so ein Feuerwerk – das ist schnell verschossen und dann ist auch erst mal irgendwie nix mehr. Aber diesen „Feuerwerkscharakter“, der hat doch für viele eine sehr bleibende Komponente und Erinnerung und ja, das konnte ich so in dem, was ich hier sonst in vier-/fünfmonatigen Coaching-Prozessen mache, leider nicht mit in meinen Alltag nehmen.

## 8.7 NACHHALTIGE VERÄNDERUNGEN

Originalfrage Supervisorin:

Was ist jetzt anders als vorher, also vor dem Visions-Coaching im Allgäu, an deiner objektiven Lebenssituation oder innerlich?

Antwort SB:

Diese fast vier Jahre jetzt – von denen ich ja alleine drei Jahre auch promoviere und von daher ein Stück als Forschungszeit mit betrachte –, die haben mich sehr verändert. Die haben mich durch viele Höhen, aber auch durch viele Tiefen gehen lassen, durch viele Zweifel an meinem Rollenverständnis als Coach und Begleiterin. Was anders geworden ist, ist tatsächlich, dass ich sehr viel demütiger geworden



bin, eigentlich genau die gleichen Dinge erfahren habe, wie meine Teilnehmer da draußen. Eine Gelassenheit, zu wissen, ich muss nichts machen oder es muss nichts für die Leute passieren. Es passiert eh zu dem Zeitpunkt, wo was dran ist. Wir müssen gar nichts forcieren, jeder hat seine Zeit, seinen Weg, seine Art.

Mein Verständnis als Machende oder Bewirkende in irgendeinem Prozess von einem Menschen hat sich komplett verschoben. Ich bin nicht mehr in dem Sinne – zumindest in der Coaching-Arbeit im Allgäu – Lehrende. Auch nicht Wissensvermittelnde. Ich bin eher Spiegelnde, Wahrnehmende, Haltende, Begleitende, also sehr viel weniger aktiv, eher passiv fast. Ich würde sagen mütterlicher, wohingegen das Coaching in Kassel eher väterlicher, eher aktiv machender, gestaltender ist. Es ist eher etwas Empfangendes und ja, wie so – ich öffne jetzt auch grad die Hände, als ob ich eine Schale in der Hand hätte – eine Schale, die ich in der Hand halte, wo auch irgendetwas rein fließt, etwas, wovon die Teilnehmer sich was raus nehmen können. Also ich bin die Raum- und die Energiehalterin, aber mehr nicht – Punkt.

Zusatzfrage Supervisorin:

Wenn du wählen könntest, würdest du weiterhin gerne väterliches und mütterliches Coaching machen oder am liebsten nur noch eins von beiden oder sogar was Drittes?

Antwort SB:

Also, ich hab erst gedacht, dass Visionen tatsächlich so einen passiven Akt von Empfangen haben. Aber durch die Experten-Interviews habe ich dazugelernt, dass in der Vision auch die Tat steckt und auch – wie der HANS KREIS das gesagt hat – der weibliche Aspekt der LILITH, ja, der Kämpfenden, der Machenden, die nach vorne geht; also, in der Vision steckt auch die Tat. Damit hat Vision eben beides. Das Weibliche und das Männliche. Ich meine, die besten Visionen oder auch Ideen zerplatzen, wenn man sie nicht auch in die Tat umsetzt. Es ist in unterschiedlichen Phasen Unterschiedliches wichtig. Ich kann beides und ich mag auch beides und ich bin auch beides. Es voneinander zu trennen oder ein entweder/oder daraus zu machen wäre nicht stimmig. Was ich mir aber wünsche ist, dass der Rahmen, dieser kreative Rahmen, diese starke Naturverbundenheit – egal wo ich arbeite – integrierbar ist. Ich hab noch einen relativ starken Auftragskontext mit der Stadt Kassel, wo wir schon auch viele Freiheiten haben. Wir haben ja ein Kletter-Coaching, Outdoor-Coaching oder Bühnenarbeit eingebaut und haben damit eine ganz kreative, gestalterische Komponente rein gebracht. Aber ich hab mich natürlich nicht getraut, so intensive Prozessarbeit mit den Menschen zu machen wie im Allgäu – wobei einige der Teilnehmer auch aus diesem Auftragskontext stammten.

Die Teilnehmer werden in Kassel ja zum Teil auch geschickt oder kommen eher unfreiwillig. Dann so intensive Arbeit zu machen, wie ich das mit Menschen, die sich ganz freiwillig zu einem Visions-Coaching im Allgäu anmelden mache, geht also nicht. Aber ich möchte den starken Naturbezug und eine gewisse spirituelle Komponente in jede meiner Arbeiten einfließen lassen. Ja, es gibt bestimmte Dinge, da werde ich in Zukunft Nein zu sagen, das passt für mich nicht mehr, das bin ich nicht mehr. Das macht es aber nicht unbedingt leichter.

Zusatzfrage Supervisorin:

Was ist jetzt anders als vorher, mal abgesehen jetzt von der Situation, die du erzählt hast, von dem Sterbenden da am Berg. Gibt es für das Visions-Coaching in Zukunft – das du machen wirst – Dinge, die du so überhaupt nicht mehr machen wirst?

Antwort SB:

Also, ich habe durch die Reflexion und die Antworten der Teilnehmer erkannt, o.k., für den Menschen ist das passiert, für den Menschen ist das passiert. Auch in Verbindung mit den Expertengesprächen, die ich geführt habe, hab ich gemerkt, dass bestimmte Elemente und Komponenten wichtig sind, um Visionen zu fördern. Ein wesentliches ist Stille. Das heißt, ich würde nicht die ganze Zeit nur in Aktion sein, weil das eher kontraindiziert ist, denn Visionen – egal in welcher Form – erfolgen immer in einer Verbindung mit Stille. Ich würde nicht zu kurze Prozesse machen, weil es eine gewisse Zeit braucht und das sind mindestens die vier Tage in meinem Erleben, bis der Mensch auch wirklich aus dem Alltag raus ist. Ich würde nicht Menschen aus dem Alltag kommend sofort in das Coaching starten lassen und auch nicht danach schnell nach Hause fahren lassen. Das kann völlig nachteilig für den Menschen sein. Das können die zwar tun, aber ich biete das wenigstens als Gesamtpaket von einer Woche an, mit Ankommen in Ruhe und mit Abfahren in Ruhe. Außerdem würde ich keinen Menschen mitnehmen, wo ich ein komisches Bauchgefühl im Vorfeld bei hätte, weil der Mensch mir in irgendeiner Form – sofern ich das als Nicht-Therapeutin und Nicht-Ärztin einschätzen kann – weil mir der Mensch zu instabil erscheint.

Zusatzfrage Supervisorin:

Gibt es irgendetwas bei dem Visions-Coaching, wenn du an deinen Anteil denkst, an den Prozess, an das, was du gemacht hast oder gelassen hast, wo du heute sagen würdest, das war ein regelrechter Kunstfehler?

Antwort SB:

Hmmm, regelrechter Kunstfehler? Also, wo es Disharmonien gegeben hat zwischen uns als Leitenden innerhalb des Seminarkontextes, von denen dann die Seminar-  
teilnehmer die Leidtragenden waren. Die Arbeit da draußen in der Natur kann sehr  
intensiv und damit unverhofft spannungsgeladen sein, weil so viel nicht planbar ist.  
Nicht einig und gut abgestimmt zu sein ist kein Kunstfehler, sondern eher unpro-  
fessionell und das ist uns an ein oder zwei Stellen passiert. Vielleicht weil auch  
vieles ja neu war, wir auch als Duo, vielleicht hatte es auch etwas mit unseren  
unterschiedlichen Richtungen zu tun, aus denen wir kommen. Mein Partner ist Arzt  
und arbeitet seit vielen Jahren psychotherapeutisch und psychosomatisch. Ich bin  
vom Selbstverständnis meiner Haltung als Coach ausgegangen, die weniger auf  
gruppendynamische Prozesse schaut, sondern ressourcenorientiert viel mit Wert-  
schätzung, mit Anerkennung agiert und ich hab mich selbst auch sehr offen mit  
meinen Emotionen gezeigt. Für meinen Partner war das wohl eher ungewohnt oder  
einfach nicht seinem Naturell entsprechend. Das sind jetzt mal die Dinge, die ich  
nenne – wo ich dann in meiner Art als Coach zu sein, mich sicherlich irgendwie  
auch zurückgenommen habe oder befangener war, als wenn ich alleine gearbeitet  
hätte. Aber Kunstfehler, dass ich mit Menschen irgendetwas gemacht hätte? Ich  
muss sagen, ich würde heute eher da eine Grenze setzen, als mein Partner – weil  
er fitter ist, weil er die Berge gewohnt ist oder einfach vielleicht auch den Menschen  
mehr zutraut als ich – wo ich ein ungutes Gefühl habe. Ich denke da an einen  
Teilnehmer, der sehr gewichtig war und sehr unsportlich und der sich durch den  
„männlichen Gruppen-Effekt“ auf eine recht heftige Tour eingelassen hat, wo ich  
eigentlich hätte sagen müssen, Nein. Eine Grenze wäre auch da, wo eine Person,  
die mit Höhenangst teilnahm, dann tatsächlich auch auf 2.200 Metern Höhe eine  
Panikattacke hatte. Die Person hat das durch Unterstützung meines Partners  
souverän gemeistert, aber solche Dinge müssen nicht sein, um Visionen zu be-  
kommen. Vieles kann man vermeiden und es braucht nicht dieses hohe Risiko,  
diese hohen Herausforderungen. Es ist wichtig über die Grenzen zu gehen, aber ich  
glaube, die Grenzen, über die es für Visionen zu gehen gilt, die sind andere. Die  
liegen nicht in dem eigenen Leistungsanspruch, im Machen. Dazu muss es nicht  
noch höher, noch größer, noch schneller gehen, sondern eher in die Stille und in die  
Tiefe.

## 8.8 GESAMTREFLEXION VISIONS-COACHING ALLGÄU

Eine Vision hat letztlich auch etwas damit zu tun, welchen Anspruch sie für einen erfüllen soll. Für die Teilnehmer ging es um eine pragmatischere Form von Visionen, die für das persönliche Leben und für den Lebensalltag richtungsweisend sind und weniger um Erleuchtungserlebnisse. Die wenigsten sind losgegangen, um ihre Berufung zu finden. Die meisten wollten Klarheit, Standortbestimmung und Impulse für nächste Schritte bekommen. Dass die Teilnehmer ihre Berufung finden, war vielleicht eher mein Wunsch.

Zu bedenken bleibt außerdem, dass selbst wenn Visionen entstanden sind oder gefunden wurden, es noch lange nicht bedeutet, dass jeder Mensch diese auch sofort umsetzt. Hier kommt wieder das Thema der Angst und der Blockaden mit ins Spiel. Eine Vision zu bekommen ist das eine, aber was danach geschieht, ist das andere. Möglicherweise wissen auch manche Teilnehmer noch gar nicht, dass sie Visionen bekommen haben oder sie haben diese viel später bekommen, als ich sie befragt habe? Visionen können in Teilstücken kommen, als Fragmente und Puzzle-Teile und irgendwann später im Leben setzen sie sich zusammen. Deshalb waren es wichtige Bausteine, die jeder Einzelne zu dem Zeitpunkt und an dem Punkt, wo er gerade im Leben stand, für sich mitgenommen hat. Für erste Schritte – bzw. für manche waren es zweite und dritte Schritte auf ihrem Weg hin zur Berufung – haben die Teilnehmer im Visions-Coaching Allgäu einen guten Nährboden betreten. Jeder hat wahrscheinlich so viel bekommen und erfahren, wie er oder sie gerade gebraucht hat. Das zeigt sich in den Antworten der Teilnehmer mit Aussagen wie: Ein Gefühl von Frieden, ein Gefühl von Angebundensein, mehr Selbstsicherheit, mehr Vertrauen in meine nächsten Schritte; und das braucht es, um kleine, mittlere oder auch große Visionen zu bekommen.

Es gibt auch Teilnehmer, die aus meiner Sicht noch nicht umgesetzt haben, was sie hätten umsetzen können und zwar gemessen an dem, was sie im Allgäu erfahren haben. Aber auch das sollte überhaupt nicht bewertet werden. Denn woher weiß man letztlich, wann was an der Zeit ist, gelebt zu werden? Wieso sollte es schlechter sein, wenn Menschen jetzt noch nicht tun, was in zehn Jahren für sie möglich ist? Wer sagt, dass es jetzt besser ist, als in zehn Jahren?

Es war insgesamt betrachtet auch nicht primär der Antrieb zu erreichen, dass alle Menschen ihre Berufung finden sollen. Die Arbeit zur Visionsförderung mit den Menschen sollte die Phase von Orientierungslosigkeit und auch Leiden vermindern.

Denn wenn es so etwas gibt wie eine Ahnung – und da kann man wieder zurückgehen zu den alten Mystikern und den Fragen, die Menschen sich von jeher gestellt haben: Warum bin ich hier? Was ist der Sinn des ganzen Daseins? –, dann kann man mit einer anderen Qualität durchs Leben gehen, als wenn man diese Ahnung nicht hat. Menschen darin zu unterstützen, mit Vertrauen durchs Leben zu gehen, ist mir viel wichtiger. Die anfängliche Vorstellung, es wäre doch schön, wenn jeder seine Berufung leben würde, die habe ich nicht mehr.

Es ist schon wichtig, dass Menschen nicht vor den verschlossenen Türen ihres Potenzials stehen und nicht hineinschauen können. Wobei man auch da wieder sagen muss, es gibt sicher einen guten Grund dafür, warum zu diesem Zeitpunkt die Tür noch verschlossen ist. Vielleicht ist die Persönlichkeit noch nicht stark genug, mit dem umgehen zu können, was hinter der Tür verborgen ist? Visions-Arbeit ist zwar an sich positiv, kraftvoll und inspirierend, aber hinter verschlossenen Türen kann auch viel Schmerz warten und der will dann auch gesehen und gefühlt werden. Von daher sollte man sich bewusst darüber sein, dass wenn man etwas sehen möchte, man auch bereit sein muss, alles zu sehen. Grundsätzlich geht es in der Visions-Arbeit darum, etwas erkennen zu können, was Kraft gibt, was Mut macht, was Hoffnung macht und was ein andauernder Lichtpunkt bleibt. Ein Lichtpunkt, der unabhängig ist von anderen Menschen, von Partnern, von Kindern, von Menschen die sterben können, die uns verlassen, die wieder weggehen, von Situationen, die umbrechen.

Es sind heutzutage nicht mehr viele Menschen sehr gläubig, wodurch sie eine Institution wie die Kirche haben, in der sie sich aufgehoben und geborgen fühlen. Spirituelle oder religiöse Anbindung, durch die sie eine Verbindung zu einer göttlichen Instanz oder Macht erfahren, geschieht für viele Menschen erst langsam wieder. Ein Impuls meiner Supervisorin war, dass es ja so etwas gebe, wie eine unbewusste Gläubigkeit, die mit Institutionen nichts zu tun hat, sondern sich in einer Rückverbindung (re-ligio) an unterschiedlichste göttliche Prinzipien zeige. Eine Form davon ist auch die Erfahrung des eigenen Eingebettetseins in einen intensiven Naturbezug.

Im Visions-Coaching Allgäu geht es sicher auch darum, diese unbewusste Gläubigkeit wieder bewusst erlebbar werden zu lassen. Aber das kann man den Teilnehmern so nicht kommunizieren, darüber muss man vielleicht auch nicht sprechen.

Meines Erachtens sind wir da sowieso alle irgendwie angebunden – manche sind nur davon abgeschnitten und die Erkenntnisse aus dem Visions-Coaching Allgäu zeigen, dass diese Rückanbindung vielfach möglich war. Ich würde mir für die Teilnehmer wünschen, solche Erlebnisse und Erfahrungen ritualisierend in den Alltag zu integrieren. Es wäre auch sinnvoll, vielleicht ein Mal pro Jahr für mehrere Tage rauszugehen, ob nun im Kontext eines solchen Coachings oder für sich ganz allein. So könnte diese neu erfahrene Rückverbindung besser aufrechterhalten werden.

Abschließend lässt sich hinsichtlich des Visions-Coachings Allgäu sagen, dass mein Partner und ich einen optimalen Rahmen geschaffen haben. Diese vier Tage sind so, wie sie konzipiert wurden, gute vier Tage, intensive vier Tage; nichts war zu viel oder zu wenig, auch nicht die Wanderungen in große Höhen – wo ich wegen der zum Teil „ungeübten Menschen“ zunächst Bedenken hatte. Wir sind bei jedem Workshop nach dem Tempo und den Grenzen des Schwächsten vorgegangen. So bin ich z. B. mit einer nicht so sportlichen reinen Frauengruppe nur Sessellift gefahren, um in die Höhe zu kommen. Bedenken meinerseits, der Prozess könnte insgesamt zu sehr fordern, haben sich in keiner Äußerung der Teilnehmenden bestätigt, auch wenn manche zum Teil sehr intensive und im wahrsten Sinne des Wortes bewegende Erlebnisse hatten. Aber sie sind mit ihrer eigenen Kraft, unserer und der Unterstützung der anderen da durch gegangen. Ob es Höhenängste, eine Körperbehinderung aufgrund eines Unfalls, schlappe Raucherlungen, innere Rast- und Ruhelosigkeit, Kontrollstreben oder starke Kopflastigkeit waren – am Ende haben alle Teilnehmer eine Balance in sich herstellen können. Aus der Kombination der Elemente hat irgendetwas für die Einzelnen gegriffen. Letztlich führen wohl viele Wege und Methoden zur Vision, wenn diese auftauchen will. Ich würde dennoch etwas verändern oder neu ausprobieren wollen: längere Zeiten. Dabei ist denkbar, mit einzelnen Elementen dieser vier Tage jeweils länger oder auch separat zu arbeiten. Vorstellbar ist auch, nur mit dem Gehen und Wandern oder schweigend in der Natur zu arbeiten.

Durch die Interviews mit den Experten ist weiterhin klar geworden, wie wichtig es ist, dass wir als Leitende selbst visionärisch ausgerichtet sein sollten und vermutlich auch an eine höhere Instanz angebunden sein müssen, damit wir Teilnehmer darin unterstützen können, diese Rückanbindung zu erfahren; aber vielleicht reicht auch das bloße Sein in der Natur, um dies zu ermöglichen.

Auf die Frage meiner Supervisorin, welche Stimmen sich da in der schriftlichen Befragung geäußert und erinnert haben, wenn sie als Chor geantwortet hätten – was nur im übertragenen Sinne zu sehen ist –, welches Bild da in mir auftauchen und

was ich hören würde, entgegnete ich unmittelbar: „Klassik – ich höre ein Orchester, wo jede oder jeder Einzelne irgendein Instrument in die Hand genommen hat. Manche davon eines, auf dem sie schon spielen können und Andere, die dieses Instrument das erste Mal in ihrem Leben ausprobieren und sich von daher keines nehmen, das man gut beherrschen muss, wie z. B. eine Querflöte, sondern vielleicht eine Trommel, auf der man sich einfach ausprobieren kann und nicht so viel verkehrt machen kann“. Dabei entstand das Gefühl in mir, dass sich jeder Einzelne im Rahmen seiner Möglichkeiten ein Instrument geschnappt hat und das mit einem Vertrauen, es werden schon die richtigen Töne rauskommen, die auch in der Gesamtheit mit Anderen gut klingen.

Ich weiß von vielen Menschen, dass sie dieses „Spielen in einem solchem Orchester“ vermissen und sich danach sehnen und ich hoffe, dass die Teilnehmer erfahren haben, dass egal wo auf der Welt sie sind, sie ein wunderbares Instrument haben und es auch dort wieder viele Andere gibt, die auch Instrumente spielen und dass – wenn sie sich trauen mit den Anderen in Dialog zu gehen – immer ein wunderbares Musikstück entstehen kann. Diese Sehnsucht miteinander zu tönen, zu schwingen und im tatsächlichen, mehr aber noch übertragenen Sinne, ein Musikstück zu kreieren, ist hoffentlich auch in denen geweckt worden, die bis dato als Einzelkämpfer oder „Allein-Töner“ durchs Leben gegangen sind. Wenn das gelungen ist, dann ist etwas geschehen, was so vorher nicht hätte gesagt werden können und für das eine Vision selbst letztlich auch nur Mittel zum Zweck ist. Es ist das Gefühl wieder angebunden zu sein – an andere und an einen höheren Kraftkontext. Und wenn das geschieht – was unterschiedlich artikuliert bei den allermeisten befragten Teilnehmern der Fall war – dann ist das gut. Und wenn es nicht passiert, ist es auch gut.

## 9. SYNTHESE

Die Betrachtung der begriffsgeschichtlichen Entstehung von Visionen sowie von Beruf und Berufung, hat für das Thema dieser Arbeit eine erkenntnisreiche Basis gebildet. Bei aller futuristischen Ausrichtung scheint das alte religiös/mystische Verständnis der Begriffe bis heute relevant zu sein. Möglicherweise gewinnt es wieder an Bedeutung, wenn auch in veränderter Form, z. B. als spirituelles Verständnis für höhere Sinnzusammenhänge. Damit einhergehend könnte es sein, dass Berufe sich wieder mehr einer Berufung annähern.

Neben dem zuvor reflektierten Visions-Coaching Allgäu sind sowohl auf theoretischer Ebene wie in den Interviews wichtige neue Erkenntnisse entstanden. Die Gemeinsamkeiten wie Unterschiede der Forschungsfelder werden anschließend ausführlich dargestellt.

Vorab erfolgt eine komprimierte Überprüfung der Hypothesen. Die Begründungen werden im weiteren Verlauf ausführlicher ergänzt.

### *Hypothese 1:*

Beruf und Berufung sind nicht das Gleiche.

*Ein Merkmal zur Unterscheidung ist das Vorhandensein einer Vision innerhalb einer Berufung.*

Diese Hypothese kann bedingt bestätigt werden. Ein Beruf kann auch Berufung sein und eine Berufung muss nicht generell mit einer Vision einhergehen (vgl. Kap. 3.1, 3.4, 6.9. und 9.2).

### *Hypothese 2:*

Visionen sind förderbar.

*Allerdings bleibt die Frage offen, ob Visionen gezielt und unmittelbar gefördert werden können oder nur vorbereitend und mittelbar.*

Visionen sind förderbar. Durch die neu gewonnene Differenzierungsmöglichkeit von Visionen in kleinere, mittlere und große Visionen wurde Folgendes deutlich: Kleinere bis mittlere Visionen können unmittelbar gefördert werden, größere Visionen – die z. B. mit Erscheinungen wie bei JEANNE D´ARC



einhergehen – sind eher ein Akt der Gnade. Alle drei Visionsarten können vorbereitend gefördert werden (vgl. Kap. 2.2, 6.2, 6.5, 6.6, 7.5, 9.3).

#### *Hypothese 3:*

Coaching ist für die Förderung von Visionen geeignet.

*Dies bezieht sich besonders auf kreative und erlebnisorientierte methodische Zugänge.*

Das lässt sich bestätigen. Da im Rahmen der Entstehung von Visionen die sprachlichen Ausdrucksmöglichkeiten begrenzt sind (vgl. Kap. 4.2, 4.5), sollten erlebnisorientierte und kreative Methoden zur Förderung von Visionen im Coaching zum Einsatz kommen. Dies wird durch die Experten bekräftigt und durch die Erfahrungen der Teilnehmer im empirischen Teil belegt (vgl. Kap. 6.5, 6.6, 6.7, 7.4, 7.5, 7.6, 9.3).

#### *Hypothese 4:*

Die Wirkfaktoren Natur/Wandern unterstützen die Förderung von Visionen.

*Dies wird u. a. durch die alte und wiederentdeckte kultur- und religionsübergreifende Tradition des Pilgerns deutlich.*

Diese These kann durch neuere Erkenntnisse in der betrachteten Fachliteratur hinsichtlich der Wirkungsweise der Natur und des Wanderns bestätigt werden (Kap. 5.1, 5.2, 5.3). Sie wird überdies durch die vorliegenden Forschungsergebnisse im Visions-Coaching Allgäu bekräftigt (vgl. Kap. 7).

#### *Hypothese 5:*

In der Arbeit mit Visionen geht es nicht nur um den Blick in die Zukunft, sondern zunächst um ein Rückbesinnen und Erinnern.

*Dies bezieht sich auf Bedürfnisse und Träume sowie auf vorhandene Ressourcen.*

Das ist zutreffend. Erinnernte Sehnsüchte ermöglichen einen Zugang zu Visionen. Weiterhin wurde deutlich, dass Vertrauen eine wesentliche visionsfördernde Qualität ist. Vertrauen entsteht u. a. in sehr frühen Lebensjahren. Eine Erinnerung an damit verknüpfte positive Erfahrungen ist deshalb wichtig für die Förderung von Visionen. Vertrauen in sich und andere, in das Leben und eine höhere Macht stärkt wiederum die eigene Intuition und Hand-

lungskraft, was wichtig für die Arbeit mit Visionen ist. (vgl. Kap. 2.2, 6.5, 6.6, 6.7, 7.4, 7.5).

#### Hypothese 6:

Das Thema Visionen (auch das Fördern von Visionen) ist mit Angst besetzt. *Einer der Gründe für diese Angst ist, dass Visionen im geschichtlichen Rückblick Menschen das Leben gekostet haben (z. B. JEANNE D'ARC).*

Das konnte bestätigt werden. Eine „Vernichtungsangst“ ist aber nur ein Grund für die Angst. Sowohl in der Literatur wie durch die Experten konnten weitere Ängste herausgearbeitet werden, z. B. die vor dem Verlassen gewohnter und bequemer Lebensumstände (vgl. Kap. 2.3, 2.4, 6.8, 7.5).

Da die Ängste sehr unterschiedliche Auslöser haben können, ist die Stärkung des Vertrauens generell sinnvoll, um Visionen fördern zu können.

#### Hypothese 7:

Am Beispiel JEANNE D'ARCs können wichtige Eigenschaften einer Visionärin bzw. eines Visionärs abgeleitet werden, die bis heute von Bedeutung sind. *JEANNE D'ARC ist ihrer inneren Stimme bzw. ihrer göttlichen Vision gefolgt. Sie hat auf mehrfache Weise durch ihre Vision Unmögliches möglich gemacht.*

Dies lässt sich bestätigen. JEANNE D'ARC verkörpert viele Eigenschaften – besonders jedoch Mut –, wie in Kapitel 2.4 deutlich wurde, die in diesem Kontext von Bedeutung sind.

#### Hypothese 8:

Menschen mit Visionen können eine wichtige Rolle für andere spielen.

*Dies lässt sich u. a. an JEANNE D'ARC verdeutlichen, die durch ihr Handeln zu einer in der Geschichte meist gekannten Personen geworden ist.*

Dem kann nur bedingt zugestimmt werden. Vorbilder, z. B. lebende Persönlichkeiten aus Politik, Kultur, Sport oder sozial engagierte Menschen (vgl. Kapitel 3.3, 3.4), können ebenfalls aufgrund ihrer Ausstrahlung durch das Vorhandensein einer gewissen Leidenschaft – und damit nicht nur aufgrund einer Vision – eine wichtige Rolle für Andere spielen.

#### Hypothese 9:

Viele Menschen sind heutzutage unzufrieden mit ihrer Arbeit.

*Anstatt bei einer Umorientierung im eigenen Inneren zu suchen und auf die tiefsten Herzenswünsche zu hören, wird besonders im Außen gesucht und doch nicht gefunden, was wirklich tief erfüllt.*

Dies konnte speziell bei den Betrachtungen in Kapitel 3.4 belegt werden: Fast neun von zehn Deutschen würden lieber eine andere Arbeit machen. Nur 12% der Deutschen haben Spaß an ihrem Beruf. In den 1990er-Jahren wurde bereits durch OPASCHOWSKI belegt, dass eine Verlagerung von Spaß und Erfüllung in den Freizeitbereich stattfindet. Das bedeutet, ein Beruf wird von sehr vielen Deutschen nicht als erfüllend erlebt und kann damit im Sinne der erfolgten Betrachtung auch nicht als Berufung bezeichnet werden.

#### Hypothese 10:

Die Förderung von Visionen kann vom Beruf zur Berufung führen.

*Eine Berufung zu haben ist neben ihrer sinnstiftenden Wirkung deshalb wichtig, weil sie als Lebensaufgabe gerade in Zeiten schneller Veränderungen, Krisen und Umbrüchen etwas Stabilisierendes mit sich bringt.*

Diese Hypothese kann bestätigt werden. Eine Berufung im heutigen modernen Verständnis von Menschen hier im deutschen Kulturkreis geht aber nicht automatisch mit einer Vision einher. Eine Berufung ist stark mit Sinn-erleben verbunden und konnte in allen betrachteten Fällen als andauernde Kraftquelle bezeichnet werden (vgl. 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 6.9, 9.2, 9.3).

#### Hypothese 11:

Visionen haben in unterschiedlichen Kulturen unterschiedliche Bedeutungen bzw. eine andere Art von Wichtigkeit. *Dies ist für die Förderung von Visionen in unserem Kulturkreis relevant und zu berücksichtigen.*

Dem lässt sich aufgrund der Expertenbetrachtung zustimmen. Im deutschen Kulturkreis stehen eher kleinere, persönliche und materielle Visionen im Vordergrund. Größere bzw. kollektivere Visionen sind hier in Deutschland aufgrund der vornehmlich egozentrierten Ausrichtung nicht so bedeutungsvoll. Da die kleineren Visionsarten förderbar sind, kann auf diese z. B. in einem Coaching-Kontext aktiv Einfluss genommen werden (vgl. 6.3, 6.6, 7.4), was damit eine wichtige Erkenntnis für diese Arbeit ist.

## 9.1 ERKENNTNISSE ZUM VISIONSBEGRIFF

### 9.1.1 Visionen im modernen Verständnis

Der Begriff Vision ist historisch, individuell, gesellschaftlich und interkulturell unterschiedlich definierbar. Er muss nicht in jedem Verständnis eine spirituelle Verbindung haben. Mit einem Blick zurück auf die geschichtliche Entstehung des Begriffes Vision lässt sich eine Wandlung vom vormals eher mystischen, göttlichen Verständnis hin zu einem stark selbstverwirklichungsorientierten Verständnis erkennen. Die Frage: „Was ist meine Vision für mein Leben?“ ist damit eine, die sowohl unserer Zeit entspricht, als auch dem Denken hier in unserer westlich orientierten Gesellschaft. Je „westlicher und selbstverwirklichender“ der Einzelne geprägt ist, desto mehr scheint der Bezug zum Göttlichen in den Hintergrund zu rücken. Visionen haben dann mehr den selbstbestimmenden Charakter, im Sinne von: „Was will ich für mein Leben?“.

In der Auseinandersetzung mit vorhandener Fachliteratur wie in den Experten-Interviews konnten Visionen deutlich von den Begriffen Ziel, Wunsch, Illusion oder Halluzination abgegrenzt werden. Im Vergleich zu Zielen ist eine Vision weiter gefasst und kann als ganzheitliches Bild oder offenes Zielsystem verstanden werden. Vision steht mit Sinn in Verbindung bzw. der tieferen Überzeugung, dass das Leben einen Sinn hat. Daraus lässt sich auch der Zusammenhang mit einer übergeordneten Mission, Aufgabe, Bestimmung oder Berufung erklären.

Visionen sind grundsätzlich positiv ausgerichtet. Sie ermöglichen eine Perspektive, vermitteln Sinn und bilden eine bleibende Kraftquelle. Ein Experte (EL VIEJO) wies darauf hin, dass durch entsprechend destruktive Denkweisen auch negative Visionen (z. B. Krankheit) manifestiert werden können.

Visionen sind als ein kollektiver Impuls an eine gesamte Gruppe von Menschen zu verstehen. Somit kann eine Vision nicht der Besitz eines Einzelnen sein. Dies ging von einigen Autoren in der Literatur hervor und wurde in ähnlicher Weise in den Interviews mit den Experten bestätigt.

In einer Vision steckt auch die Tat, was ein Experte (KREIS) mit dem eher aggressiven Anteil von Vision verband. Dennoch ist deutlich geworden, dass Vision ebenso mit Demut oder einer Haltung des Empfangens beschrieben wird. Dies wurde in der Literatur angedeutet und von nahezu allen Experten explizit bekräftigt.

In allen drei betrachteten Forschungsfeldern gab es gewisse Übereinstimmungen zum Visionsbegriff. Die wesentlichste war die Kraft, die von einer Vision ausgeht. Jedes Feld hat aber auch völlig neue Facetten des Visionsbegriffs hervorgebracht, die so in den anderen Feldern nicht zu finden waren. Beeindruckend sind die äußerst plastischen und zum Teil metaphorischen Beschreibungen der Teilnehmer am Visions-Coaching Allgäu in Bezug auf ihre visionären Erlebnisse. Dadurch entstand eine völlig neue Expertise. Ihre Beschreibungen verdeutlichten, in welcher Erlebnis-Qualität Visionen in dem Seminar-Kontext gefördert werden konnten: kleine, aber durchaus sehr inhaltsstarke persönliche Visionen.

### **9.1.2 Interkulturelle Unterschiede**

Die Betrachtung durch die Experten aus verschiedenen Kulturen mit Blick auf verschiedene Kulturen zeigte u. a., dass in einigen anderen Kulturen eher das Kollektiv im Vordergrund von Visionen steht.

In der Literaturbetrachtung wurde bei Visionen von Leitbildern z. B. für Unternehmen gesprochen. Diese Visionen sind aktiv gestaltet und entspringen keinem „Akt der Gnade“ (was einige Experten zumindest über die großen Visionen aussagten). Dennoch handelt es sich dabei um Visionen. Warum? Weil sie gewisse ethische Grundsätze beinhalten und dem Wohle einer größeren Gemeinschaft dienen sollen – sicher auch der Gewinnmaximierung –, aber die kann auf Dauer nicht ohne das Wohl der Mitarbeiter realisiert werden, was den Trend der Werte-Orientierung im Gegensatz zur Wert-Orientierung aufzeigt.

Die Experten haben bei der Beschreibung von Visionen die Verbindung zum Mystischen und Spirituellen widergespiegelt und zwar kulturübergreifend. Bei den befragten Experten handelte es sich um sehr bewusste, persönlich weit entwickelte Menschen auch höheren Lebensalters. In ihren Schilderungen lag Weitblick und eine Art von Hingabe. Bei jedem von ihnen steht nach meiner Einschätzung nicht mehr das eigene Wohl im Vordergrund des Handelns. Sie alle tun das, was sie tun, von Herzen und auch im Dienst für viele andere. Drei der Experten haben ihre Vision beschrieben. Sie leben aus meiner Sicht nicht nur einen Beruf, sondern klar eine Berufung.

### **9.1.3 Nutzen von Visionen**

Hinsichtlich des Nutzens von Visionen kann aufgrund der Literatur wie der Interviews der wegweisende Charakter einer Vision festgehalten werden. Dieser könne eine präzise Vorahnung einer künftigen Realität sein, aber auch ein eindeutiges, vorstellbares und reales Bild. Vision lasse sich damit als eine vorweggenommene Wirklichkeit bzw. als etwas, das werden wolle, bezeichnen. Letzterer Ansatz verdeutlicht, dass Visionen in einem höheren Sinnzusammenhang stehen und nicht nur vom Individuum selbst kreiert werden.

Übereinstimmung gab es weiter darin, dass Visionen eine stark motivierende Wirkung haben, die verborgene Kräfte mobilisiert. Dies bringt mit sich, dass Menschen Dinge tun und wagen, die sie über sich selbst, ihre Ängste, Verletzlichkeit etc. hinauswachsen lassen. Eine einzige Vision im Leben eines Menschen könne dazu dienen, sein Selbstwertgefühl zu steigern und dadurch zuvor unvorstellbare Dinge anzustreben und sie auch gegen Widerstände weiter zu verfolgen.

Visionen sind hilfreich, um in Krisensituationen Stabilität zu bekommen und Gestaltungsmöglichkeiten zu haben. Das wurde in allen drei Forschungsfeldern bestätigt. Eine Vision, die mit Anderen geteilt wird, vermittelt ein Gefühl der Zugehörigkeit. Wie ein Experte beschrieb, gehe es um die Sehnsucht, sich zu erkennen, um als Teil des Ganzen dazuzugehören. Eine Vision

beinhaltet damit eine kollektive Verbundenheit, was u. a. in der Literatur dadurch beschrieben wurde, dass eine Vision nie einem Einzelnen allein gehöre. Alles andere ist nicht wirklich eine Vision, sondern eher ein individueller Wunsch oder ein Ziel. Das bestätigten auch die Experten.

#### **9.1.4 Visionsarten**

Einer der interviewten Experten (BRETZ) teilt Visionen in kleine, mittlere und große Visionen ein, was so in der Literatur nicht zu finden war. Anhand dieser Differenzierung wurde der Visionsbegriff klarer und ermöglichte eine genauere Betrachtung im Hinblick auf das Thema dieser Arbeit. Damit kann man Visionen in einem unterschiedlichen Grad an Tiefe erfassen, was eine neue Erkenntnis darstellt. Diese Differenzierung führt zu einer Entwicklungsdimension von Visionen (über kleinere hin zu größeren), die speziell für die Förderung von Visionen z. B. im Coaching äußerst wichtig ist. Daran wird deutlich, wie und welche Arten von Visionen förderbar sind. Danach kann eine Vision des Ichs über eine Vision, die das Wir beinhaltet hin zu einer Vision, die das Uns mit einschließt, wachsen. Visionen werden im Laufe ihrer Entwicklung automatisch kollektiver, weil die persönlichen Ziele irgendwann nicht mehr wirklich erfüllend und sinnvoll erscheinen. Das wurde durch alle befragten Experten und anhand einiger Fallbeispiele lebender Persönlichkeiten deutlich.

Insgesamt gesehen stehen in einer vornehmlich egozentrierten Gesellschaft – wie der unsrigen – aufgrund der erfolgten Betrachtung damit kleine oder mittlere Visionen im Vordergrund. In anderen Kulturen (die Experten nannten hierzu in der interkulturellen Betrachtung z. B. Japan, Indien oder auch Südamerika), in denen das Individuum nicht derart im Vordergrund steht, sind eher kollektive Visionen – vielleicht damit auch die großen Visionen – von Interesse. Der interkulturelle Vergleich durch die Experten zeigte weiter, dass in den USA (im Vergleich zu Deutschland) Menschen stärker zu Visionen tendieren. Diese hätten nicht unbedingt eine spirituelle Verbindung wie z. B. die Visionen in Südamerika oder Indien, sondern sind eher kleiner und weltlicher.

Dieses Hintergrundwissen ist für die Förderung von Visionen wichtig. Damit geht es in unserem Kulturkreis um die Förderung kleinerer Visionen, welche nach allen vorliegenden Erkenntnissen aktiv entwickelt werden können.

Mit Blick auf die unterschiedlichen Arten von Visionen erfolgte durch die Experten der Impuls, dass es unwesentlich ist, welche Art von Vision ein Mensch hat (LEELA MATA), ob diese eher egozentrierter und materieller (eher klein) ist oder schon sehr stark gemeinschaftsorientiert (eher mittel bis groß). Denn letztlich enden alle Visionen irgendwann dort, wo sie auch dem Wohl der Anderen dienen; spätestens, wenn der Einzelne merke, dass er allein nicht glücklich sein kann. Darin waren sich die Experten einig.

#### **9.1.5 Ängste und Blockaden**

Hinsichtlich der Ängste und Blockaden in Bezug auf Visionen wurde deutlich, dass Visionen besonders in Deutschland eher vorsichtig begegnet wird. Dabei ließ sich durch die Experten ergründen, dass das auch auf unsere geschichtliche Vergangenheit zurückgeführt werden kann. Darüber hinaus können ein zu starkes Sicherheits- und Kontrollbedürfnis, aber auch bestimmte negative Emotionen und Ressentiments die Entstehung von Visionen verhindern. Vertrauensbildung ist damit eine wesentliche Fördermöglichkeit von Visionen.



## 9.2 ERKENNTNISSE ZU BERUF – BERUFUNG

### 9.2.1 Beruf versus Berufung

Beruf und Berufung sind als Begriffe nicht identisch. Das konnte speziell durch die Auseinandersetzung mit der Literatur und ergänzend durch die Aussagen der Experten erarbeitet werden. Beruf stammt vom Begriff Berufung ab, aber die Begriffe sind bis heute weit voneinander entfernt.

Ein Beruf ist eher Funktionssache und dient dem praktischen Erwerb von Lebensunterhalt. Ein Beruf kann aber zur Berufung werden. Dafür muss nicht zwingend eine Vision vorhanden sein. Bestimmte Aspekte wie Freude, tiefes Erfülltsein oder der Einsatz der eigenen Talente und Fähigkeiten können einen Beruf bereits als Berufung erlebbar machen. Eine Berufung kann im Beruflichen liegen, aber auch in anderen Lebensbereichen angesiedelt sein (z. B. Ehrenamt, Hobby etc.). Das wurde aufgrund der Fallbeispiele in der Literatur deutlich und von einem Experten (BRETZ) so bestätigt. Diese Ansätze gehören zu den neuen Erkenntnissen dieser Arbeit.

Am Wesentlichsten scheint für das heutige Verständnis zu sein, dass eine Berufung etwas sehr Erfüllendes ist, was mit viel Kraft und Freude erlebt wird. Das ging sowohl aus der Literatur wie aus den Interviews hervor. Die Experten stimmen weitestgehend darin überein, dass sich dieses Handeln letztlich nicht an dem orientiert, was für den einzelnen Menschen wichtig ist, sondern dem Wohle einer Gemeinschaft dient.

Eine Vision zu bekommen oder selbst zu gestalten (kleinere oder mittlere) bedeutet aber nicht automatisch, auch seine Berufung gefunden zu haben. Wer allerdings überzeugt ist, seine Berufung zu leben, tut dies wahrscheinlich nicht ohne das Vorhandensein irgendeiner Art von Vision. Diese Zusammenhänge und Rückschlüsse lassen sich aufgrund aller betrachteten Aspekte ziehen.

Diese detaillierten Erkenntnisse konnten aufgrund dieses Forschungsprozesses gewonnen werden. Sie sind als wesentlich zu betrachten, weil damit die Bedeutung und Rolle von Visionen (aller Arten) und ihrer Fördermöglichkeiten in Bezug auf das Thema Berufung beantwortet werden kann. Nicht neu, aber sehr viel klarer als in den verwendeten Literatur-Quellen, lässt sich dadurch auch der Begriff Berufung in seinem heutigen Verständnis erfassen.

Einer Berufung können so bestimmte Attribute zugeordnet werden, wie hohe ethische und moralische Werte, schon auch etwas, das mit Dienst am Anderen zu tun hat, was viele Berufsgruppen haben können. Damit lässt sich eine Berufung keiner bestimmten Berufsgruppe zuordnen, wie z. B. Pfarrer, Lehrer oder Arzt. Dass nun aber z. B. eine – ohne diese wichtige Tätigkeit diskreditieren zu wollen – Toilettenfrau ihr Wirken als Berufung bezeichnen kann, muss nach allen vorliegenden Erkenntnissen verneint werden. Denn bei aller Weiterentwicklung des Begriffes Berufung haftet ihm immer noch ein Aspekt von „Heiligkeit“ an, der gar nicht so hoch gehalten werden braucht. Berufung geht aus meiner Sicht – darin stützen mich die Experten – auch heute noch mit einer Verbindung zu etwas Höherem, Göttlichem einher. Es lässt sich zwar vorstellen, mit Leidenschaft und Hingabe Toiletten zu putzen (was so oder ähnlich in spirituellen Lernkontexten wie z. B. einem indischen Ashram als Teil der Ausbildung dazugehört), aber dabei von einer Berufung zu sprechen, wäre nicht korrekt.

### **9.2.2 Berufung versus Bestimmung**

Die Begriffe Berufung und Bestimmung, welche zum Teil in der Literatur gleichgesetzt wurden, sollten differenziert werden. Bestimmung oder Auftrag hat etwas Schicksalhaftes, Unabänderliches. Bestimmung erinnert an den göttlichen Auftrag, wie ihn JEANNE D´ARC ihrer Zeit verstanden hat. Diesem Verständnis dürften sich viele Menschen heutzutage eher verwehren, gerade weil Selbstbestimmung so betont wird. Eine Aufgabe in dieser Welt zu haben, in Form einer Berufung im heutigen Verständnis, dem können sich Menschen leichter gegenüber öffnen. Damit muss eine Berufung nichts Besonderes oder Gewaltiges sein, so wie bei einer JEANNE D´ARC.

### **9.2.3 Berufung und Visionen**

Früher war eine Berufung sehr viel stärker mit visionären Erlebnissen oder religiösen Aufgaben verbunden als heute.

Nach dem Verständnis einiger der Experten geht eine Berufung auch heute noch mit einer Vision einher. Berufung findet sich nach der zugrunde liegenden Differenzierung von Visionen (BRETZ) in den so genannten großen Visionen wieder. Im Rahmen dieser großen Visionen ist es tatsächlich der Ruf, der als ein innerer oder göttlicher Ruf zu einem Menschen kommt.

In dieser Betrachtungsweise kann Berufung dann auch mit Bestimmung gleichgesetzt werden. Dies zielt auf das Verständnis ab, dass man eine ganz bestimmte Aufgabe oder gar einen Auftrag (wie z. B. die Leitfigur JEANNE D'ARC) hier in dieser Welt hat. Es erfordert einen gewissen Grad an Bewusstheit, Bereitschaft oder Offenheit und Mut, um diesen Ruf zu hören oder eine solche Vision zu sehen. Damit ist nämlich die Verpflichtung verbunden, dem Ruf oder der Vision zu folgen. Dieses Verständnis von Berufung deckte sich mit der Literatur (allerdings eher im Ansatz des frühen christlich/philosophischen Verständnisses) und den Aussagen der Experten, die generell eine große spirituelle Verbundenheit gezeigt haben.

Dass daraus generell geschlossen werden kann, eine Berufung ließe sich nur aufgrund von großen Visionen finden oder könne erst durch eine große spirituelle Offenheit entstehen (was ich eingangs zumindest stark vermutete), stimmt so nicht. Visionen können ein wesentlicher oder wichtiger Schlüssel sein, um seine Berufung zu finden, aber nicht jeder, der seine Berufung lebt, hatte so genannte große Visionen. Dies zeigten die vielen Praxisbeispiele von Menschen im theoretischen Teil, die über ihre Berufung gesprochen und ihre Wege dorthin geschildert haben.

#### **9.2.4 Wege zur Berufung**

Was von Menschen als Berufung erlebt wird, kann individuell sehr unterschiedlich sein. Auch wenn in manchen Fallbeispielen in der Literatur spirituelle Aspekte kaum eine Rolle spielten, die Visionen eher kleinere oder egozentrierte waren, so kann dennoch bestätigt werden, dass man in allen Fällen von Berufung im heutigen Sinne sprechen kann.

In der interkulturellen Betrachtungsweise durch die Experten wurde deutlich, dass ein Berufungserlebnis im höheren Sinne (im indischen Kulturkreis spricht man dann von Darshan – der Schau Gottes) immer mit einer echten, tiefen und damit großen Vision verbunden ist bzw. diese bedingt. Es ist speziell aus diesem Kulturkontext aber auch hervorgegangen, dass nicht jeder Mensch eine Berufung hat oder haben muss. Diejenigen, die eine Bestimmung haben, was dann immer mit einem göttlichen Bezug im Sinne von Auftrag einhergeht, nehmen sie an und leben sie. Die anderen Menschen haben dort ihre Talente und Fähigkeiten, aber sie erfüllen eher Aufgaben, die anstehen und akzeptieren sich auch in dieser Rolle (vgl. BRETZ, LEELA MATA, KAMPHAUSEN).

Damit ist auch der Begriff Berufung interkulturell unterschiedlich definierbar und ebenso eine Frage des persönlichen Verständnisses bzw. Erlebens.

Speziell durch Fallbeispiele der zum Teil prominenten Menschen in der Literaturbetrachtung ist deutlich geworden, dass es viele unterschiedliche Wege hin zu einer Berufung gibt. Sportler, Entertainer, Politiker, etc., aber auch der junge Mann, der aufgrund seiner Querschnittslähmung sein Leben veränderte und zu reisen begann, haben das gezeigt. Eine Berufung wird unter anderem als solche empfunden, wenn man Anderen ein Vorbild sein kann. Dies wurde im Interview mit BRETZ bestätigt.

Bei der Betrachtung dieser Fallbeispiele stellte sich mir die Frage, ob diese Menschen auch eine Vision haben. Es waren verschiedene Motive und Antriebsfaktoren erkennbar, aber nicht bei allen eine klare Vision. Trotzdem

lässt sich nach allen vorliegenden Erkenntnissen festhalten: Sie leben ihre Berufung.

Berufung geht demnach heutzutage sehr stark mit einem Gefühl von Erfülltsein, tiefem Sinn, Leidenschaft, einer andauernden Kraft und einem brennenden Feuer einher, was auch die Experten-Interviews belegt haben.

### 9.3 ERKENNTNISSE ZUR FÖRDERUNG VON VISIONEN

#### **9.3.1 Entstehung**

Was die Entstehung von Visionen angeht, so können diese aus Sicht einiger Autoren selbst geschaffen und mit Kraft aufgeladen werden. Andere Autoren sehen Visionen nach wie vor im eher mystischen Sinne, wonach sie göttliche Eingebungen sind, die nur ausgewählten Menschen in bestimmten Situationen widerfahren. Die Experten vertreten tendenziell beide Ansätze.

Es ist davon auszugehen, dass große Visionen entstehen können, wenn sich ein Mensch mit dem Göttlichen oder seiner Seele verbindet. Dann öffnet er sich einer höheren Führung und löst sich aus seiner Begrenzung des Egos, des eigenen Wollens. Bemerkenswert ist, dass die beiden deutschen Experten zwar mit sehr viel Herzöffnung und Liebe gesprochen haben, aber diese göttliche Verbindung so nicht explizit benannt wurde, wie von den Interviewpartnern aus anderen kulturellen Kontexten. Diese haben selbstverständlich über die Verbindung zu Gott gesprochen, sicherlich auch deswegen, weil zwei von ihnen stark in der Tradition des Yoga verankert sind und ein anderer peruanischer Schamane ist. Für sie ist selbstverständlich, was ich zumindest im Rahmen dieses Schreibprozesses nur zögerlich auszusprechen begonnen habe. Auch im theoretischen Teil wurde die göttliche Verbindung im Zusammenhang mit den Begriffen Visionen und Berufung (u. a. DREWERMANN, 1990) deutlich, aber durch die Experten-Interviews bekommt dies noch mehr Tiefe.

Insgesamt gibt es gewisse Kriterien, die unterstützend oder vorbereitend sein können, um Visionen zu bekommen. Dazu gehören u. a. Stille, ein Aussteigen aus dem gewohnten Alltag, ein Erleben in anderer Umgebung, Meditation, Gebet, Rückzug; aber auch intensive Grenzerfahrungen z. B. durch fasten, tanzen, trommeln, pilgern, die es zulassen, dass Impulse, Bilder oder eine tiefe Gewissheit im Individuum entstehen. Wichtig ist aus meiner Sicht, dass es dem Menschen möglich wird, sich aus engen, verhafteten Strukturen im Denken und Leben zu lösen und eine erweiterte Wahrnehmung von sich und der Welt zu erfahren. Auch das Besteigen von Bergen gehört deshalb in diesen Zusammenhang. Diese Kriterien fanden sich in der Literatur wie in den Aussagen der Experten wieder.

### **9.3.2 Gezielte Förderung**

Bei den großen Visionen ist eine Förderung nur mittelbar möglich. Die kleineren und mittleren Visionen können selbst mitgestaltet und auch gefördert werden. Einer der Experten (BRETZ) hat sich mit den Vor- und Nachteilen von größeren und kleineren Visionen auseinandergesetzt. Wichtig ist diesbezüglich, dass eine größere Vision nicht automatisch mehr Kraft verleiht – wie ich es eingangs vermutet hatte. Oft sei es so, dass bei den großen Visionen die Verwirklichung auch länger dauere, vielleicht sogar über das eigene Leben hinaus. Das könne auch sehr demotivierend sein, weil man die Verwirklichung nicht mehr miterlebt. Von daher sind die kleineren Visionen leichter realisierbar und haben möglicherweise dadurch auch eine stärkere Motivationswirkung. Sie sind für einen Coaching-Kontext wohl die relevanten, wenn es um Förderung geht.

Die interkulturelle Betrachtung hat zu wesentlichen Erkenntnissen hinsichtlich der Förderung von Visionen geführt. In Deutschland steht das Individuum mit seiner persönlichen Bedürfnisbefriedigung danach im Vordergrund. Kollektive Visionen stehen hier nicht so im Zentrum wie in anderen eher ökologisch, gemeinschaftlich orientierten Kulturen. Visionen sind also interkulturell unterschiedlich wichtig für Menschen und damit auch anders zu fördern. Wie aus dem Vergleich von USA und Deutschland durch einen der

Experten (BRETZ) hervorgeht, haben die Deutschen weiter ein eher vorsichtiges Verhältnis zu Visionen. Dies liegt einerseits an unserer Vergangenheit aufgrund der Geschichte mit den Nazis und Hitler, der viel zu viele Menschen ins Verderben gestürzt habe. Andererseits sind wir eher sicherheits- und auch bequemlichkeitsorientiert, wenn es um das Verwirklichen von Visionen geht. BRETZ äußerte im Interview im übertragenen Sinne darüber hinaus, dass in den USA ein Mensch mit Visionen bewundert und angespornt werde von anderen, wohingegen er in Deutschland tendenziell zunächst mit einer kritischen Reaktion rechnen müsse oder sogar als Spinner abgetan werde. Dies bestätigt meine Vermutung, dass wir Deutschen gebremst sind in unserer visionärischen Denk- und Sichtweise. Dadurch ist mit einer Zurückhaltung zu rechnen, was Visionen oder deren Förderung angeht.

Eine wesentliche neue Erkenntnis ist, sich von einem zu aktiven Akt der Suche nach Visionen zu lösen. Aus diesem Grund empfehlen zwei Experten (KAMPHAUSEN u. KREIS), eher von einer Visions-Findung zu sprechen. Diese Unterscheidung impliziert auch die Offenheit und Hingabefähigkeit, die in Verbindung mit Visionen wichtig ist. Hingabefähigkeit ist meines Erachtens bereits eine lebenslange Lernaufgabe, wodurch die Förderung von Visionen auch das Sein in der Welt verändert, was wiederum Sinn jeder Vision ist.

Für die Förderung von Visionen ist noch die Bedeutung des Erinnerns erwähnenswert. Letztlich ist dieses Erinnern oder Erkennen dessen, was uns tief im Inneren ausmacht, aus meiner Sicht bereits das, was auch Inhalt einer Vision ist.

Das Zusammensein mit anderen Menschen oder die Begleitung von einem Coach bei diesem Prozess ist äußerst hilfreich, weil man sich dadurch im Anderen als Spiegel selbst erkennen kann und gezielt unterstützt wird.

Dieser Prozess des Erinnerns beginnt oft mit dem Erinnern an die eigenen, ungelebten Sehnsüchte und Bedürfnisse. Mit diesem Erinnern entfällt auch eine krampfhaftes Suche nach etwas im Außen, weil alles in einem selbst vorhanden ist. Vor diesem Hintergrund ist die Selbstfindung in der Natur als wirkungsvolle Herangehensweise zu betrachten.

Vertrauen ist wohl die wichtigste Eigenschaft, die es zu fördern gilt – was für Coaching generell und die Arbeit mit Visionen im Speziellen gleichermaßen zutrifft. Dies umfasst Vertrauen in sich und die eigenen Fähigkeiten, aber auch in Andere, ins Leben oder eine höhere Führung. Sowohl in der Theorie als auch durch die Experten bestätigt, spielen weiterhin Attribute wie Neugier und Offenheit für das Finden von Visionen eine Rolle. Besonders die Tugend der Geduld, die in unserer getriebenen, schnelllebigsten Zeit eine große Herausforderung für viele darstellt, ist noch erwähnenswert.

Eines kann sicher gesagt werden: Unter Druck können keine Visionen entstehen. Erst wenn eine innere Weite und Freiheit da ist, können Visionen auftauchen. Von daher ist der Ausstieg aus dem Hamsterrad des Alltags mehr als visionsfördernd.

Eine meiner Forschungsfragen war, ob man mit der gezielten Förderung von Visionen vom Beruf zur Berufung gelangen kann. Da die Experten eine Berufung eher in den größeren Visionen angesiedelt haben, welche ein Akt der Gnade zu sein scheinen, wäre die Frage streng gesehen mit Nein zu beantworten. Wie aber deutlich geworden ist, bedarf es auch nicht zwingend des Vorhandenseins einer Vision (im engeren Sinne), um seine Berufung zu finden oder zu leben.



## 10. FAZIT UND AUSBLICK

Ziel dieser Doktorarbeit war zu erforschen, ob man Visionen fördern kann und wenn ja, wie. Weiterhin sollte herausgefunden werden, ob Menschen dadurch ihre Berufung finden können. Schließlich wurde überprüft, ob das im Rahmen eines Coachings und speziell im Visions-Coaching Allgäu möglich war und ist.

Mit Blick auf die Förderung von Visionen in einem Coaching-Kontext wurden der Coaching-Begriff und die wesentlichsten Wirkfaktoren von Coaching betrachtet. Dadurch wurde deutlich, dass Coaching generell unterstützen kann, Visionen zu fördern (zukunftsorientiert, ressourcenorientiert etc.). Wenn es allerdings um Themen wie die eigene Berufung geht, sind weitere methodische Zugänge, besonders kreativitätsfördernde Methoden, sinnvoll. Diese ermöglichen einen Zugang zu noch nicht bewussten und damit auch nicht sprachlich artikulierbaren Bedürfnissen, die für eine tief im Inneren erfüllende Aufgabe – eine Lebensaufgabe, eine Berufung – relevant sein können. Das wurde in der Auseinandersetzung mit der Literatur zum Thema Coaching und durch die Experten-Interviews deutlich.

Durch diese Erkenntnisse konnten die im Visions-Coaching Allgäu kombinierten Elemente und methodischen Zugänge (Natur, Wandern, Visions-Suche und Medizinrad sowie ausgewählte Coaching-Instrumente) hinsichtlich ihrer Wirksamkeit und Möglichkeiten zur Visionsförderung gezielt betrachtet werden. Die vertiefende Auseinandersetzung mit Aspekten der Naturphilosophie, des Wanderns und des Pilgerns – sowohl in seiner ursprünglichen wie in der heutigen Bedeutung – führten zu einer Kern-Erkenntnis dieser Arbeit:

Das Visions-Coaching Allgäu ist letztlich eine Kombination sehr alter Zugänge zur Visions-Suche und -Findung, die jeweils für sich visionsfördernd sind. Diese wurden mit kreativen Instrumenten des Coachings kombiniert. Die erzielte, intensive Wirkung lässt sich damit durch die Kombination erklären. Ob Visionen generell besser in Gemeinschaft gefördert werden können, ist fraglich. Dagegen sprechen Kriterien wie Rückzug, Stille etc., die in der Lite-

ratur und von den Experten als stark visionsfördernd benannt wurden und in der Regel ein Alleinsein erfordern.

Aufgrund der Auswertung der schriftlichen Befragung der Teilnehmer ist deutlich geworden, dass speziell Vertrauen gefördert wurde. Die Teilnehmenden hatten visionäre Erlebnisse, jedoch keine ekstatischen, mystischen Erfahrungen (im Sinne von großen Visionen), wie sie in früheren Zeiten eher Visionen zugeschrieben wurden. Die Erlebnisqualitäten lassen sich als bewusstseinsbildend und bewusstseinserweiternd zusammenfassen. Einige Teilnehmer erlebten eine Art Bestätigung hinsichtlich ihrer beruflichen Aufgaben, im Sinne von: „Ich bin auf dem richtigen Weg“. Es entstanden Ahnungen davon, in welche Richtung es zukünftig mehr gehen könnte. Dies war jedoch am Ende nicht mehr wirklich wichtig für die Einzelnen.

Eine Erklärung dafür ist möglicherweise darin zu finden, dass das „Bedürfnis, in etwas hineinschauen zu wollen“ – wie KREIS es in Bezug auf Visionen beschrieb – nur so lange besteht, bis wieder genügend Vertrauen in sich, das Leben und damit die nächsten Schritte vorhanden ist. Sollte das der Fall sein – was zumindest aufgrund der Auswertung der schriftlichen Befragung gesagt sein kann – dann ist die Förderung von Visionen nur Mittel zum Zweck. Dies lässt sich durch einige Aussagen der Experten bekräftigen und wurde bereits an früherer Stelle von mir vermutet.

So hat zwar kein Teilnehmer „punktgenau“ seine Berufung gefunden, aber im Visions-Coaching Allgäu sind vielleicht einige Puzzle-Teile sichtbar geworden, die irgendwann mit vielen weiteren Puzzle-Teilen das ganze Bild erkennbar werden lassen. Dadurch, dass sich die Teilnehmer für diesen intensiven Klärungs- und Wandlungsprozess geöffnet haben, konnten sie Erlebnisqualitäten wie Gelassenheit, inneren Frieden und ein gewachsenes Selbstbewusstsein etc. erfahren. Ebenso Gefühle, die manche so noch nie oder lange nicht mehr hatten: Vertrauen in sich, in andere, in das Leben und eine Anbindung an das große Ganze. Nur aufgrund dieses Vertrauens kann es im Umkehrschluss auch zu der Hingabefähigkeit kommen, die für den Erhalt einer großen Vision erforderlich ist. Wann und ob das für den

Einzelnen geschieht und ob das dann mit einer Berufung einhergeht, ist wohl tatsächlich ein Akt der Gnade.

Wie aufgrund der Literaturbetrachtung deutlich wurde, führen in unserem modernen Begriffsverständnis von Berufung viele Wege dorthin. Das wurde auch von den Experten bestätigt, wobei hier Berufung nach wie vor eine sehr spirituelle Tönung hat. Wesentliche Merkmale auf dem Weg zur Berufung sind folglich: Sinn, Leidenschaft und Begeisterung, Freude und Spaß, tiefe und andauernde Erfüllung, der Einsatz zum Wohle vieler, das Vorhandensein ethischer und moralischer Werte, Verschwinden einer rein monetären Ausrichtung für das Geleistete usw. Beim Vorhandensein dieser Merkmale mündet berufliches Handeln automatisch in eine Form, die sich mit Berufung im heutigen Verständnis beschreiben lässt. Erforderlich ist dazu, die eigenen Bedürfnisse, Sehnsüchte, Träume, Talente, Potenziale, aber auch Hindernisse, Ängste und Blockaden in Bezug darauf zu erkennen, zu fühlen und zu sehen. Ein Blick über den Tellerrand hinaus auf das, was auch für die Anderen und uns als Menschheit insgesamt von Bedeutung ist, geschieht aufgrund der Aussagen der Experten dann irgendwann von selbst.

Diese Schritte – besser gesagt: diese Entwicklung – kann ein Coaching, speziell eines wie das Visions-Coaching Allgäu, forcieren. In einer kleinen Auszeit, mit Elementen wie Stille, grenzerweiternder Bewegung durch das intensive Wandern, wird eingebettet in die Natur und einen vertrauten Kreis Gleichgesinnter auf kreative Weise mehr von dem entdeckt, was wirklich wichtig ist.

Dass es sich bei Visionen auch um von Gott gegebene Bilder oder Aufträge im Sinne einer Berufung (vgl. JEANNE D'ARCS Vision) handeln kann, setzt zunächst voraus, an die Existenz dieser höheren Macht zu glauben. Für wen das nicht der Fall ist, der kann auch von keiner übergeordneten Instanz Visionen bekommen, sondern diese nur selbst gestalten. Aber wären solche Visionen damit qualitativ schlechter?

Persönlich zweifle ich nicht an der Existenz einer höheren Macht oder der weisen Instanz in uns. Hierbei sei auch die Verbindung zur Seele genannt.

Für viele meiner Klienten ist das weniger selbstverständlich. Folglich lässt sich, was die Arbeit mit und Förderung von Visionen angeht, nicht von diesem Grundverständnis ausgehen.

Die Arbeit mit Visionen sollte deshalb darauf ausgerichtet sein, sensibler zu werden; zunächst für sich selbst und schließlich auch für das, was für alle Anderen wichtig ist. Auf diese Weise kann eine ganz persönliche Art von Vision entstehen und zwar in der Form, wie sie zum gegebenen Zeitpunkt und Anlass für den Einzelnen annehmbar und umsetzbar ist.

Kritisch gefragt bleibt zu beantworten, ob es anstrebenswert ist, dass jeder Mensch seine Berufung findet – denn dies scheint auch ein Trend zu sein. Es könnte auch dem Wunsch eines überzogenen Egos entspringen, unbedingt eine besondere Rolle in dieser Welt und Gesellschaft spielen zu wollen. Möglicherweise ist viel wichtiger, ob man etwas für sich Sinnvolles tut und damit zufrieden ist. Dann dient man automatisch auch dem Wohle vieler anderer.

Noch tiefer lässt sich hinterfragen, warum Menschen überhaupt so etwas wie eine Berufung haben sollten. Vielleicht spielt es gar keine Rolle, was wir inhaltlich tun, sondern eher wie wir die Dinge tun – mit welcher inneren Haltung (achtsam, bewusst, wertfrei, etc.) wir uns selbst und unserer Umwelt begegnen? Vielleicht ist das viel wichtiger?

Natürlich wollen wir eine Bedeutung haben in dieser Welt und die allermeisten wollen auch ihren Beitrag zur Gemeinschaft leisten. Diejenigen, die dies beispielsweise aufgrund von Arbeitslosigkeit nicht können, erlebe ich oft als sehr kraftlos bis sinnentleert. Damit stellt sich eher die Frage nach dem Sinn, den eine Vision und auch eine Berufung mit sich bringen können. Dieser Sinn dürfte sich im Laufe des Lebens verändern. Deshalb scheint nicht wirklich realistisch, in der heutigen Zeit nach einer einzigen Berufung, der einzigen sinnstiftenden Aufgabe für das ganze Leben zu suchen oder diese finden zu wollen. Selbst wenn Beruf mehr Funktionssache ist und vielen als schlichter Gelderwerb dient, so wird auch nur noch selten ein einziger Beruf im Leben ausgeübt.

Eine sinnvolle Aufgabe, eine die wirklich erfüllt, das kommt einer Berufung in unserem Kulturkreis heutzutage vom Verständnis her am nächsten. Diese kann auf unterschiedliche Weise entstehen – nicht nur durch Visionen.

Eine Berufung kann so gesehen herausgefunden werden, wenn man danach schaut: Was macht mir wirklich Freude, was befriedigt mich zutiefst? Was macht nicht nur mich glücklich, sondern auch viele andere? Womit diene ich vielleicht auch auf eine gewisse kraftspendende Weise, ohne dass ich am Ende selbst leer bleibe, wie es in vielen Fällen (siehe Burnout) der Fall ist.

Vielleicht ist auch die Sinnfrage gar nicht so tief schürfend zu verstehen. Dann muss auch nichts Extremes, Außergewöhnliches, Anstrengendes vollbracht werden, um sich und Anderen etwas zu beweisen. Möglicherweise ist es genau das Gegenteil davon? Vielleicht ist es genug, wenn wir unter bestimmten moralischen, ethischen und ökologischen Aspekten dieses wunderbare Leben hier in Freude genießen können? Wer sagt, dass wir nicht genau dazu auf diesem einzigartig schönen Planeten sind? Wahrscheinlich ist eine große kollektive Vision damit eine, die dazu führt, dass das noch möglichst lange vielen Anderen ebenso gehen kann?

Diese Fragen sind im Laufe des Forschungsprozesses immer deutlicher geworden. Eine wesentliche Kernerkenntnis aufgrund der Teilnehmerergebnisse, der Interviews mit den Experten und der Schilderungen in der Literatur über verschiedene Persönlichkeiten ist daher:

Nicht jeder muss eine Vision haben,  
nicht jeder kann seine Berufung finden und  
es ist auch nicht wirklich wichtig, dass jeder eine Berufung hat.

Es lohnt sich dennoch, eine Berufung finden zu wollen und sich dabei von einer Vision leiten zu lassen, weil dadurch Kraft, Klarheit, Halt und Sinn entstehen.

Dabei spielt aus meiner Sichte auch das Thema Lebensalter eine Rolle, weil eine Berufung (wenn vorhanden) sich mit wachsendem Lebensalter oder

wachsender Bewusstheit von allein mehr zeigt. Von daher ist auch zu berücksichtigen, wie weit ein Mensch schon in seiner Entwicklung gekommen ist. Es wäre wünschenswert, wenn gerade junge Menschen zu Beginn ihres beruflichen Wirkens bereits ihre Berufung finden und leben könnten, aber vielleicht ist das aufgrund bestimmter noch nicht gemachter Erfahrungen gar nicht möglich.

Ich habe seit Beginn dieser Dissertation verstärkt mit jungen Hochschulabsolventen das Thema Berufung offen diskutiert und war erstaunt und erfreut darüber, wie viel Sinnthematik und auch ethische und spirituelle Werte in ihren beruflichen Zielen und Visionen Raum hatten.

Unabhängig vom Kontext Beruf – Berufung spricht unsere heutige Zeit meines Erachtens insgesamt für Visionäre.

Wir leben gegenwärtig in einer Zeit, in der viele nicht nur persönlich in Krisen stecken oder immer wieder mal hineingeraten. Wir haben landesweite und weltweite Krisenzustände gravierendsten Ausmaßes. Hart ausgedrückt sind wir kollektiv dabei, uns selbst hier auf dem Planeten zu zerstören, wenn wir nicht sehr bald vieles ganz anders machen. Damit sind wir aufgefordert, uns zu besinnen, innezuhalten und hin und wieder tiefe Innenschau zu betreiben. Auszeit: Das ist eine Chance! So können wir überprüfen, ob wir weiterhin dem Weg unseres Herzens folgen und nicht vom Weg abgekommen sind, was in unserer schnelllebigen Zeit und bei allen äußeren Ansprüchen leider schnell passiert.

Was mich hoffen lässt, ist die Gewissheit, dass wir – als Gesamtbild eines vollendeten Puzzles, als Menschen insgesamt – die Chance haben, vieles zum Guten zu verändern. Dabei zählt das Handeln jedes Einzelnen. Ich gehe davon aus, dass diese individuellen Beiträge durch Visionen deutlicher werden und damit Teile einer möglichen Berufung sind. Mir gefällt daher das Bild, das HANS KREIS im Interview gezeichnet hat: Wir wollen uns als das kleinste Teilchen mit einer Bedeutung im Ganzen erkennen. Dafür ist die Arbeit mit Visionen sehr förderlich. Vielleicht entdeckt nicht jeder seine Be-

rufung und muss dies auch nicht, aber er lädt sich mit einer Vision auf und findet neue Kraft, um die nächsten Schritte zu gehen.

Mein eigenes größtes Feuer brennt derzeit damit, Menschen in bewussten Auszeiten – die gern länger sein dürfen als vier Tage im Allgäu – zu begleiten. Ich nehme daher dankbar die Impulse von BAUMANN (2009) auf, der erforscht hat, dass 40 Tage von jeher eine hervorragende Zeit zur Selbst- und Sinnsuche und damit auch zum Finden von Visionen sind.

## LITERATURVERZEICHNIS

BAUMANN, Freerk: Die Macht der Bewegung. Dem Körper wieder vertrauen nach einer schweren Erkrankung, München: Irisiana, 2009

BERGMANN, J. R.: Flüchtigkeit und methodische Fixierung sozialer Wirklichkeit. Aufzeichnungen als Daten der interpretativen Soziologie. In: W. Bonß & H. Hartmann. Soziale Welt, Sonderheft 3: Entzauberte Wissenschaft, Göttingen: Schwarz, 1985

BLÄSING, Sabine: Medizinische und psychologische Betrachtung von Genuss und Sucht, Diplomarbeit im Fachbereich Sozialwesen an der Universität Kassel, 2005

BOCK, Petra: Die Kunst seine Berufung zu finden, 3. Auflage, Frankfurt/M.: Fischer Taschenbuchverlag, 2010

BONSEN, Matthias zur: Geleitwort in: CAMPBELL, Andrew/DEVINE, Marion/YOUNG, David (Hrsg.): Vision, Mission, Strategie, Frankfurt/M.: Campus, 1992, S. 7-18

BONSEN, Matthias zur: Führen mit Visionen. Der Weg zum ganzheitlichen Management, Wiesbaden: Gabler Verlag, 1994

BÖNING, U. & FRITSCHLE, B.: Coaching fürs Business. Was Coaches, Personal- und Manager über Coaching wissen müssen, Bonn: Managerseminare, 2005

BREIL, Reinhold: Naturphilosophie, Freiburg (Breisgau), München: Alber, 2000

BUSSHOFF, Ludger: Berufswahl. Theorien und ihre Bedeutung für die Praxis der Berufsberatung, Stuttgart/Berlin/Köln/Mainz: Kohlhammer, 1989

CORETH, E.: Grundfragen der Hermeneutik, Freiburg: Herder, 1969

CORSTEN, Ralf: Freizeitgesellschaft mit individuellen Angeboten. In: Mit Visionen an die Spitze (Hrsg. v. RÜCKLE, Horst), Wiesbaden: Gabler, 1994, S. 143-153

CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly: Flow. Das Geheimnis des Glücks, Stuttgart: Klett-Cotta, 2004

Deutscher Bundesverband Coaching e. V., 2004, [www.dbvc.de](http://www.dbvc.de)



DEMUTH, Alexander: Erfolgsfaktor Image. So nutzen Sie den Imagevorteil für Ihr Unternehmen, Düsseldorf u. a.: Econ, 1994

DREWERMANN, Eugen: Tiefenpsychologie und Exegese. Die Wahrheit der Werke und der Worte. Bd. II. Olten: Walter, 1990

FAULHABER, Theo: Die Wiederkehr des Spirituellen. Esoterik als Hoffnung, Wien: Orac, 1996

FAULSTICH, Joachim: Das heilende Bewusstsein. Wunder und Hoffnung an den Grenzen der Medizin, München: Knaur-Verlag, 2006

FLICK, Uwe/KARDORFF, v. Ernst/KEUPP, Heiner/ROSENSTIEL, v. Lutz/WOLFF, Stephan: Handbuch qualitative Sozialforschung, München: Psychologie Verlags Union, 1991

FLICK, Uwe: Qualitative Sozialforschung. Eine Einführung, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 2002

FOSTER, Steven/LITTLE, Meredith: Visionssuche, Engerda: Arun, 2002

FOSTER, Steven/LITTLE, Meredith: Die vier Schilde. Initiationen durch die vier Jahreszeiten der menschlichen Natur, Engerda: Arun, 3. Aufl., 2010

FUNKE, Amelie/RACHOW, Axel: Rezeptbuch für lebendiges Training, Bonn: managerSeminare Gerhard May Verlags GmbH, 2002

FRÜH, W.: Inhaltsanalyse. Theorie und Praxis, Reinbek bei Hamburg: UVK, 2001

GALUSCHKA, Joachim: Pioniere eines neuen Geistes, Bielefeld: Kamphausen Verlag, 2004

GARDNER, Howard: Kreative Intelligenz. Was wir mit Mozart, Freud, Woolf und Gandhi gemeinsam haben, Frankfurt/M.: Campus-Verlag, 1999

GORDON, Mary: JEANNE D´ARC, Berlin: Claassen Verlag der Ullstein Buchverlage GmbH, 2005

GREIF, S.: Mehrebenencoaching von Individuen, Gruppen und Organisationen. Beitrag zum Coaching-Kongress, Frankfurt/M., 2005

GRIMMER, B./NEUKOM, M.: Coaching und Psychotherapie. Gemeinsamkeiten, und Unterschiede – Abgrenzung oder Integration?, Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften/GWV Fachverlage GmbH, 2009

GROBER, Ulrich: Vom Wandern. Eine alte Kunst neu entdecken, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuchverlag, 2011

HANNING, Guido Ernst: Lebe Deine wirkliche Berufung, Göllesheim: Verlag Silberschnur, 2010

HARK, Helmut: Lexikon Jungscher Grundbegriffe, Freiburg: Walter, 1990, S. 187-190

HÄCKER, H. O. & STAPF, K.-H.: Dorsch - Psychologisches Wörterbuch, 14. Aufl., Bern: Huber, 2004, S. 122-124

HEß, T. & ROTH, W. L.: Professionelles Coaching. Eine Expertenbefragung zur Qualitätseinschätzung und -entwicklung, Heidelberg: Asanger, 2001

HEIDEGGER, M.: Sein und Zeit, Tübingen: Niemeyer, 1963

HUG, T.: Erhebung und Auswertung empirischer Daten. Wie kommt Wissenschaft zu Wissen? Baltmannsweiler: Schneider, 2001

JÜTTEMANN, Gerd/SONNTAG, Michael/WULF, Christoph: Die Seele. Ihre Geschichte im Abendland, Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1991

KARMASIN, Matthias/RIBING, Rainer: Die Gestaltung wissenschaftlicher Arbeiten, 5. aktualisierte Auflage, Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG, 2010

KASTNER, Michael: Wie wir Veränderungen meistern können. In: Gablers Magazin, 1995, 9. Jg., Heft 9, S. 17-22

KAWEH, Babak: Das Coaching-Handbuch für die Ausbildung. Kirchzarten bei Freiburg: VAK Verlags GmbH, 2005

KERKELING, Hape: Ich bin dann mal weg: Meine Reise auf dem Jakobsweg, München: Piper Taschenbuch Verlag, 2010

KILBURG, R. R.: Facilitating intervention adherence in Executive Coaching: A model and methods. Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 53 (4), 205-228, 2001

KNIERIM, Andreas in: RAUEN, C. (Hrsg.): Handbuch Coaching, 3. überarb. Aufl., Göttingen: Hogrefe, 2005, S. 465

KÖNIG, E./VOLMER, G.: Systemische Organisationsberatung, 4. überarb. Aufl., Weinheim: Deutscher Studien Verlag, 1996

KÖNIG, E./VOLMER, G.: Systemisches Coaching. Handbuch für Führungskräfte, Berater und Trainer. Weinheim: Beltz, 2002

KÖTHE, Matthias: Leidenschaft siegt, München: Kösel-Verlag, 2006

KREIS, Hans: Die Kraft der Lebensvision, München: Knaur Verlag, 2007

KROMREY, H.: Empirische Sozialforschung, Stuttgart: UTB, 2000

KRUMEICH, Gerd: Jeanne d'Arc – die Geschichte der Jungfrau von Orleans, München: Verlag C.H. Beck, 2006

KUBY, Clemens: Unterwegs in die nächste Dimension: (DVD) Kuby Film TV, 2004

KUHL, J.: Motivation und Persönlichkeit. Interaktionen psychischer Systeme. Göttingen: Hogrefe, 2001

KÜNZLI, H.: Wirksamkeitsforschung im Führungskräfte-Coaching. OSC Organisationsberatung, Supervision, Coaching, 3/2005, Jg. 12, S. 231–244.

KVALE, Steinar: Validierung – von der Beobachtung zu Kommunikation und Handeln, in: FLICK, Uwe/KARDORFF, v. Ernst/KEUPP, Heiner/ROSENSTIEL, v. Lutz/WOLFF, Stephan: Handbuch qualitative Sozialforschung, München: Psychologie Verlags Union, 1991, S. 427-431

LAMNEK, Siegfried: Qualitative Sozialforschung – Lehrbuch, 4. Aufl., Weinheim/Basel: Beltz Verlag, 2005

LANGHEITER, Christa: Mut zur Auszeit, Heidelberg: Redline Wirtschaft, 2006

LOOSS, W.: Coaching – Qualitätsüberlegungen beim Einsatz von Coaching. In G. FATZER (Hrsg.), Qualität und Leistung von Beratung: Supervision, Coaching, Organisationsentwicklung, Köln: Ed. Humanistische Psychologie, 1999

LÖRLER, Marielu: Hüter des alten Wissens, Darmstadt: Schirner Verlag, 2000

MASLOW, Abraham A.: Psychologie des Seins. Ein Entwurf, Frankfurt/M.: Geist & Psyche - Fischer Verlag, 2002

MAYRING, Philipp: Einführung in die qualitative Sozialforschung, Weinheim: Beltz Verlag, 2002

MAYRING, Philipp: Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken, Weinheim & Basel: Beltz Verlag, 2008

MITTELSTRAß, Jürgen: Enzyklopädie Philosophie und Wissenschaftstheorie, Band 4: Sp-Z, Stuttgart & Weimar: Verlag J. B. Metzler, Sonderausgabe, 2004

NEENAN, M. & DREYDEN, W.: Life Coaching. A Cognitive Behavioural Approach, London: Brunner-Routledge, 2003

NETTE, Herbert: JEANNE D´ARC, Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 11. Auflage, 2007

NIEDERMAIR, Gerhard: Zeit für Visionen. Sternenfels: Verlag Wissenschaft und Praxis, 2000

OFFERMANN, M.: Braucht Coaching einen Coach? Eine evaluative Pilotstudie, Stuttgart: Ibidem, 2004

OPASCHOWSKI, Horst: Einführung in die Freizeitwissenschaft, 3. Auflage. Opladen: Leske und Budrich, 1997

OEVERMANN, Ulrich: Die objektive Hermeneutik als unverzichtbare methodologische Grundlage für die Analyse von Subjektivität. Zugleich eine Kritik der Tiefenhermeneutik. In: JUNG, Th./MÜLLER-DOOHM, St. (Hrsg.): Wirklichkeit im Deutungsprozess: Verstehen und Methoden in den Kultur- und Sozialwissenschaften, Frankfurt/M.: Suhrkamp, 1993

PEARLS, Fritz: Grundlagen der Gestalt-Therapie, 10. Auflage, München: Pfeiffer bei Klett-Cotta, 1999

PERREZ, M.: Behandlung und Therapie (Psychotherapie): Systematik und allgemeine Aspekte. In: PERREZ, M. & U. BAUMANN, U. (Hrsg.), Lehrbuch Klinische Psychologie. Band 2: Intervention (S. 99-116). Bern: Huber, 1991

PREUSS, A./WEBER, C.: Praxishandbuch Potenzialorientiertes Coaching, Stuttgart: Klett-Cotta, 2006

PRZYBORSKI, A./WOHLRAB-SAHR, M.: Qualitative Sozialforschung. Ein Arbeitsbuch, München: Oldenbourg Wissenschaftsverlag GmbH, 2009

RAUEN, Christoph: Coaching. Innovative Konzepte im Vergleich (3. Aufl.), Göttingen: Hogrefe, 2003

RAUEN, Christoph: Definition Coaching.  
[www.coaching-report.de/definition\\_coaching/index.htm](http://www.coaching-report.de/definition_coaching/index.htm)., 2004

RAUEN, Christoph (Hrsg.): Coaching-Tools (3. Aufl.). Bonn: Managerseminare, 2005 (a)

RAUEN, Christoph (Hrsg.): Handbuch Coaching, 3. überarb. Aufl., Göttingen: Hogrefe, 2005 (b)

RAUEN, Christoph: Coaching-Tools II (2. Aufl.), Bonn: Managerseminare, 2008

RITTTER, Joachim: Historisches Wörterbuch der Philosophie, Band 1: A-C, Basel & Stuttgart: Schwabe & Co., 1971

RITTER, Joachim/GRÜNDER, Karlfried/GABRIEL, Gottfried: Historisches Wörterbuch der Philosophie, Band 11: U-V, Basel: Schwabe & Co. AG, 2001

ROACH, Michael G.: Die Weisheit des Diamanten, München: dtv, 2007

ROSSIG/PRÄTSCH: Wissenschaftliche Arbeiten (8. Auflage), Achim: BerlinDruck, 2010

RÜCKLE, Horst: Mit Visionen an die Spitze, Wiesbaden: Gabler, 1994

SAGE, Martin: Lebe Deinen Traum, München: Knaur Verlag, 2004

SCHREYÖGG, Astrid: Coaching. Eine Einführung für Praxis und Ausbildung. Frankfurt/M.: Campus, 1995

SCHLIPPE, Arist v./SCHWEITZER, Jochen: Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung, 6. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht, 1999

STADLER, Michael: Renaissance: Weltseele und Kosmos, Seele und Körper. In: JÜTTEMANN, Gerd/SONNTAG, Michael/WULF, Christoph: Die Seele. Ihre Geschichte im Abendland, Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1991, S. 180-194

TEPPERWEIN, Kurt: Vom Beruf zur Berufung, Frankfurt/M.: mvg Verlag, 2004

WAHREN, H.-K.: Coaching, Rationalisierungs-Kuratorium der Deutschen Wirtschaft, Eschborn: 1997

WHO (Hrsg.): Internationale Klassifikation Psychischer Störungen-10 (ICD-10), Kap. V (F) (2. Aufl.), Bern: Huber, 1993

WIKIPEDIA (Stand: 06. Juni 2011), zu den Begriffen: Visionen, Berufung, Lilith

WREDE, Britt: So finden Sie den richtigen Coach, 2. Aufl., Frankfurt/M.: Campus Verlag, 2001

WREDE, Britt in: RAUEN, C. (Hrsg.): Handbuch Coaching, 3. überarb. Aufl., Göttingen: Hogrefe, 2005, S. 349

WULF, Christoph: Präsenz und Absenz. Prozeß und Struktur in der Geschichte der Seele. In: JÜTTEMANN, Gerd/SONNTAG, Michael/WULF, Christoph: Die Seele. Ihre Geschichte im Abendland, Weinheim: Psychologie Verlags Union, 1991, S. 5-11

## ABKÜRZUNGSVERZEICHNIS

Aufl.	Auflage
bzw.	beziehungsweise
d. h.	das heißt
DBVC	Deutscher Bundesverband Coaching e. V.
etc.	et cetera
ebd.	ebenda
ff.	fortfolgende
ggf.	gegebenenfalls
Hrsg.	Herausgeber
Kap.	Kapitel
NLP	Neuro-Linguistisches Programmieren
o. g.	oben genannte
o. ä.	oder ähnliche
S.	Seite
sog.	sogenannte
u. a.	unter anderen
usw.	und so weiter
u. U.	unter Umständen
vgl.	vergleiche
WHO	world health organisation
Z.	Zeile
z. B.	zum Beispiel

# ANHANG-VERZEICHNIS

## ANHANG 1: INTERVIEW-LEITFADEN EXPERTEN DEUTSCH

für die Interviews mit Experten zum Thema Visionen  
im Rahmen der Dissertation zum Thema  
„Visionen im Kontext von Beruf und Berufung“

Interviewerin: Sabine Bläsing

Interviewter Experte:

- 1) Was verstehen Sie unter dem Begriff Visionen?
- 2) Gibt es aus Ihrer Sicht unterschiedliche Arten von Visionen?
- 3) Welches Verständnis hat man in Ihrem Kulturkreis von Visionen?
- 4) Wozu können Visionen bei einem Menschen hilfreich sein?
- 5) Wie kommen Menschen zu Visionen?
- 6) Kann man Visionen fördern?  
Wenn ja, wie genau fördern Sie Visionen bei den Menschen?
- 7) Was beobachten Sie bei den Menschen, mit denen Sie arbeiten?
- 8) Gibt es Faktoren, die Visionen eher blockieren?
- 9) Gibt es für Sie einen Unterschied zwischen Beruf und Berufung?  
Wenn ja, welche Rolle spielen Visionen in diesem Kontext?
- 10) Haben Sie persönlich eine Vision?  
Wenn ja, wie sind Sie an sie gekommen?



## ANHANG 2: INTERVIEW-LEITFADEN EXPERTEN ENGLISCH

for the interviews with experts concerning the theme visions  
in the context of the dissertation with the title  
„visions in the context of profession and calling“

Interviewerin: Sabine Blasing

interviewed expert: Leela Mata

- 1) What do you understand of the word vision?
- 2) Do you think that there are different kinds of vision?
- 3) What understanding exists in your culture concerning visions?
- 4) What can visions be helpful for to a person?
- 5) How do people get their visions?
- 6) Is it possible to support people to get visions? If so, in which way do you do that?
- 7) What do you notice when you work with people?
- 8) Is there anything that can block people to live their visions?
- 9) Do you think there is a difference between profession and calling? And if so, what role have Visions in that context?
- 10) Do you personally have a vision and if so how do you get it?

### ANHANG 3: INTERVIEW-LEITFADEN EXPERTEN SPANISCH

Guía para un interviú para entrevistas con expertos al tema visión

En referencia con la disertación al tema „visiones en contexto con profesión y designación (carismática)“

Interview de:

Carmen Ortiz y Sabine Bläsing

entrevista con experto:

El Viejo

- 1) Lo que entienden Ustedes debajo el término visiones?
- 2) Existen diferentes visiones?
- 3) Cual es el entendimiento de visión dentro de su cultura?
- 4) Para que ayudan visiones al ser humano?
- 5) Como consiguen personas visiones?
- 6) Existe la posibilidad de desarrollar visiones? En el caso que si, como exactamente dan Ustedes el apoyo para auspiciar visiones a las personas?
- 7) Que observan Ustedes en las personas con cuales Ustedes trabajan?
- 8) Existen factores que bloquean visiones?
- 9) Existe para Ustedes una diferencia entre profesión y designación? En el caso que si, que relación tienen visiones en éste contexto?
- 10) Tienne Ustedes un vision? En el caso que si, como reciben?

#### ANHANG 4: LEITFADEN ZUR SCHRIFTLICHEN BEFRAGUNG

für die Teilnehmer am Workshop „Visions-Coaching Allgäu“  
zum Thema Visionen im Rahmen der Dissertation zum Thema  
„Visionen im Kontext von Beruf und Berufung“

Name: \_\_\_\_\_

- 1) In welcher beruflichen Situation befanden Sie sich, als Sie sich zum Workshop angemeldet haben?
- 2) Was haben Sie sich durch die Teilnahme am Visions-Coaching versprochen?
- 3) Was verstehen Sie unter dem Begriff Visionen?
- 4) Was ist während des Workshops für Sie/in Ihnen passiert?
- 5) Hatten Sie Visionen? Und wenn ja welcher Art?
- 6) Wie konnten Sie die Erfahrungen des Workshops in Ihr Leben integrieren?
- 7) Was ist jetzt anders als vor dem Visions-Coaching Allgäu?

Kann man Visionen fördern und wenn ja wie? Und kann man mit Visionen vom Beruf zur Berufung gelangen?

Wenn ein Beruf auch Berufung ist, wird er zu einer erfüllenden, stabilisierenden Kraftquelle. Sowohl unter Visionen als auch unter Berufung wurde früher etwas anderes verstanden als heute. Berufung im Verständnis des modernen Menschen kann viele Facetten haben und setzt nicht unbedingt das Vorhandensein einer Vision voraus. Maßgeblich sind jedoch Kriterien wie ein tiefer Sinn, hohe ethische und moralische Werte sowie das Wohl vieler Menschen.

Visionen spielen allerdings bis heute auf dem Weg vom Beruf zur Berufung eine wichtige Rolle. Dies belegen eindrucksvolle Interviews mit fünf international agierenden Visions-Experten.

Visionssuchen und Pilgern gelten als sehr alte, kulturübergreifende Formen der Selbst- und Sinnfindung. Darauf aufbauend wurde ein spezielles Coaching-Angebot zur Visionsförderung entwickelt und in dieser Arbeit untersucht. In intensiver Verbindung zur Natur werden in einem Wechsel von Stille und Wandern über mehrere Tage hinweg visionsfördernde Qualitäten aktiviert.

ISBN 978-3-86219-406-3