

Dr. med. Eckhard Schiffer

7. Juni 2012 • 14. Februar 2014

Wilhelmstr. 3

49610 Quakenbrück

Tel.: 05431 - 5454

E-Mail: e.h.schiffer@t-online.de

Stellungnahme zum Thema:

“Oasekurse für lebensgeschichtlich und sozial benachteiligte junge Menschen in der Berufsausbildung im Kontext schöpferisch-intuitiver Entfaltung in intermediären Räumen zur langfristigen Förderung des Kohärenzgefühls.”

Dr. Eckhard Schiffer, Quakenbrück

Aktualisierte Fassung vom 14.12.2014

Ziel der Oase-Stiftung ist es, vor allem in Form von mehrtägigen Seminaren mit Übernachtungen in einer Bildungsstätte zur Persönlichkeitsstärkung junger Menschen, insbesondere auch benachteiligter und desintegrierter Jugendlicher, während der Berufsausbildung beizutragen. Im Folgenden soll vor dem Hintergrund klinisch-therapeutischer Erfahrungen mit beeinträchtigten Jugendlichen zu der Frage Stellung genommen werden, wie weit die Oase-Kurse für die o.g. Jugendlichen während ihrer Berufsausbildung förderlich sind.

Unter ätiopathogenetischen Gesichtspunkten kann die seelische Verfasstheit der o.g. Jugendlichen im Kontext erheblicher Bindungsstörungen und Traumatisierungen und damit nachfolgend als beeinträchtigt im Hinblick auf Selbstwertgefühl, Motivation, Frustrationstoleranz und Durchhaltevermögen sowie das *Mentalisieren* beschrieben werden. Mit letzterem ist u. a. die Fähigkeit gemeint, einem Du eigene Sichtweisen, Wünsche, Absichten sowie eine von der Eigenwahrnehmung abweichende Fremdwahrnehmung zuzugestehen. Die Folgen der o. g. Beeinträchtigung können u.a. Kontrollverluste im Hinblick auf Affekt- und Impulssteuerung,

Delinquenz, Suchtmittelgebrauch, Lernstörungen und Ausbildungsabbrüche sein. Die meisten der etwa acht bis 18 Teilnehmer/innen der laufenden Oase-Intensivseminare für sozial benachteiligte junge Menschen weisen Symptome von mindestens zwei der genannten Beeinträchtigungskriterien in ihrer bisherigen Lebensgeschichte auf.

Unter salutogenetischen Gesichtspunkten werden diese Beeinträchtigungen nicht ignoriert. Jedoch wird der Blick auf die inneren und äußeren Ressourcen gerichtet, die dem Einzelnen zur Verfügung stehen, um zu einem stärkeren Kohärenzgefühl zu gelangen. Dieses soll mit dazu befähigen, den Anforderungen einer Berufsausbildung standzuhalten und Anschluss an die Arbeitswelt zu finden.¹

Zum Kohärenzgefühl²

Das Kohärenzgefühl ist der Zentralbegriff in dem *Salutogenese-Konzept* von Aaron Antonovsky. Mit diesem Konzept wird in Unterscheidung zum Pathogenese-Konzept - mit dem nach der Entstehung von Krankheit gefragt wird - danach gefragt, wie *Gesundheit entsteht*. Und Gesundheit ist etwas anderes als „Nicht-Krankheit“.

Kohärenz kommt aus dem Lateinischen und das bedeutet eben soviel wie Zusammenhang, Zusammenhalt. Das Kohärenzgefühl entwickelt sich aus dem Urvertrauen. Das heißt auf Dauer dann, einen inneren und vertrauensvollen äußeren Halt haben; sich innerlich und äußerlich getragen, gehalten fühlen und sich auch selber innerlich und äußerlich Halt verschaffen können. Ebenso meint es, sich in seinem „in dieser Welt sein“ als stimmig und sinnhaft eingebunden zu erleben. Das Kohärenzgefühl lässt sich weniger an äußeren Symptomen erkennen, es vermittelt sich mehr als eine grundlegende Art, in der Welt zurecht zu kommen.

Zum Kohärenzgefühl gehört auch ein starkes Hoffnungsmoment. Gemeint ist ein Hoffnungsmoment im Sinne einer impliziten *docta spes* („belehrte Hoffnung“). Ernst

¹ Wie weit späterhin oder auch zeitgleich noch eine *individuelle Psychotherapie zusätzlich* erforderlich sein kann, wird in diesem Zusammenhang nicht weiter erörtert. Jedoch stellt eine solche Therapie die Zweckmäßigkeit der Förderung des Kohärenzgefühles in der Gruppe nicht in Frage.

² Bei dem Kohärenzgefühl handelt es sich um eine Konstruktion, „mit der es sich gut arbeiten lässt“, die aber nicht im engsten naturwissenschaftlichen Sinne beweisbar ist .

Bloch³ hat diese Hoffnung mit ihrer auf Veränderung zielenden Kraft in Unterscheidung zu Illusion sehr eindrucksvoll beschrieben.

Ab der Adoleszenz ist das Kohärenzgefühl eine relativ stabile Größe, kann aber durch länger einwirkende positive oder negative Momente gestärkt oder geschwächt werden.

Das Kohärenzgefühl kann sich auf eine Einzelperson beziehen, aber auch auf ein Paar. Ebenso kann sich das Kohärenzgefühl auf mehrere Menschen beziehen wie z. B. auf eine Familie oder eine Schulklasse. Vorwiegend entsteht das Kohärenzgefühl aus sozialen Beziehungen heraus, in denen man sich schöpferisch entfalten kann und dabei wohlwollend wahrgenommen erlebt - z.B. *bei der dialogisch-schöpferischen Entfaltung in Intermediärräumen*. Es kommt dabei nicht darauf an, der Beste zu sein und die anderen auszustechen, sondern *einander wahrzunehmen und zu begegnen*.

Zur weiteren Illustration dessen im Hinblick auf unsere Fragestellung ein literarisches Beispiel:

Huckleberry Finn ist in Mark Twains Geschichten um Tom Sawyer der Bürgerschreck – faul, verwahrlost, ohne festen Wohnsitz; der Vater ein gewalttätiger Säufer, von der Mutter ist schon gar nicht mehr die Rede. Nach unseren heutigen Vorstellungen wäre demnach Huckleberry Finn hochgradig gefährdet. Offensichtlich kommt der Huck jedoch gut über die Runden. Der Leser sympathisiert mit ihm, die Geschichten laden ein, sich mit Huck zu identifizieren.

Auf der Flucht vor seinem eigenen Vater, der ihm nach dem Leben trachtet, trifft Huck den entflohenen Sklaven Jim. Beide müssen um ihr Leben fürchten. Das Floß, das sie finden und mit dem sie auf dem Mississippistrom flussabwärts flüchten, wird zu ihrem Freiraum und Fluchtort. Unser Text knüpft an eine Passage an, innerhalb derer sie an einer geschützten Uferstelle Halt machen, um in einer Höhle auf einem offenen Feuer ihr Mittagessen zu bereiten:

„Wir nahmen noch'n paar Fische von den Haken, die inzwischen angebissen hatten und warfen die Angelschnüre wieder aus. Dann machten wir alles zum Mittagessen (in unserer Höhle) fertig (...)

³ Bloch, E. (1959/1986): Das Prinzip Hoffnung. Frankfurt/M.: Suhrkamp

Sehr bald wurde es dunkel, und es fing an zu donnern und zu blitzen. (...) Gleich hinterher fing es an zu regnen, und bald goss es wie mit Eimern. Und der Wind heulte, wie ich's noch nie gehört hatte. Es war ein richtiges Sommergewitter. Es wurde so duster, dass draußen alles wie in Tinte getaucht aussah (...). Und dann ein greller Blitz und man konnte für einen Moment Baumkronen erkennen, die ganz weit weg waren.

'Jim, ist das nicht schön?' fragte ich. 'Ich möchte nirgendwo anders sein als hier. Gib mir noch mal'n Stück Fisch und 'nen heißen Maiskuchen.' "⁴

Auf dem Bild zu dieser Textpassage aus dem „Huckleberry Finn“ fühlen sich die beiden offensichtlich wohl. Ihnen schmeckt es ausgezeichnet, obwohl ihr Mahl - Fisch und Maiskuchen - verhältnismäßig bescheiden ist und draußen die Welt unterzugehen scheint. Die beiden haben augenscheinlich keine Angst, fühlen sich in ihrer Freundschaft gut aufgehoben und geborgen. Und eben diese Freundschaft ist es, die in ihrem sonst eher einsamen Leben Sinn stiftet. Zusammen fühlen sie sich stark, zusammen meistern sie die Anforderungen, die die Wildnis und der Strom Mississippi mit all den dazugehörigen Gefahren an sie stellen...

Huck hat trotz seiner chaotischen Bindungserfahrungen ein starkes Kohärenzgefühl!

Verknüpft ist dieses mit einer eher impliziten Weltsicht, die sich auf drei Bereiche bezieht:

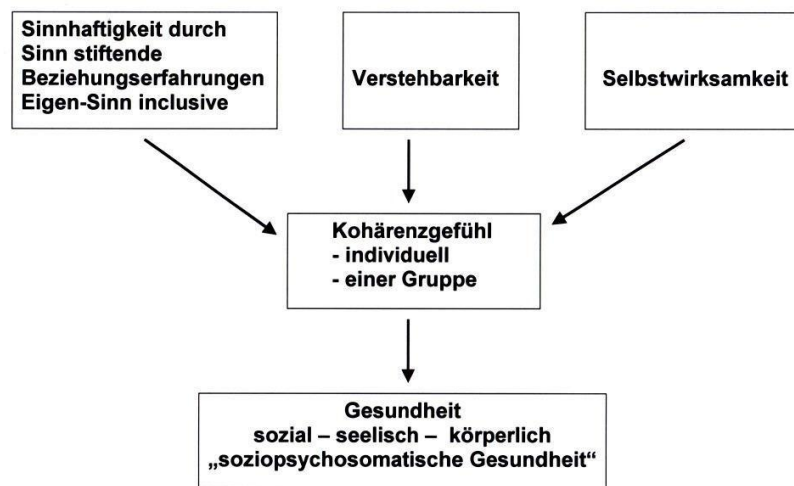
- Meine Welt ist verständlich, stimmig, geordnet; auch Probleme und Belastungen, die ich erlebe, kann ich in einem größeren Zusammenhang begreifen (*Dimension der Verstehbarkeit*).
- Das Leben stellt mir Aufgaben, die ich lösen kann. Ich verfüge auch über innere und äußere Ressourcen, die ich, um mein Leben zu meistern, einsetzen kann (*Dimension der Handhabbarkeit, oder auch . Selbstwirksamkeit*).
- Für meine Lebensführung ist Anstrengung sinnvoll. Es gibt Ziele und Projekte, für die es sich zu engagieren lohnt (*Sinndimension*).

⁴ Twain, Mark (1980): Huckleberry Finns Abenteuer. Berlin/Freiburg, Lizenzausgabe für den Herder-Verlag , S. 276.

Beispiel Huckleberry Finn: Er kannte sich in dem Urwald und auf dem Mississippi-
strom aus, ebenso mit dem Wetter (*Verstehbarkeit*). Und er wusste, wie man preis-
günstig ein Floß organisiert, ein Feuer macht, das nicht zu viel Rauch entwickelt
und wie man Fische fängt und brät (*Handhabbarkeit*).

Das Wichtigste für Huckleberry Finn war aber die *Sinnhaftigkeit*, die er in den
gegenwärtigen Beziehungen zu seinen Freunden, insbesondere zu seinem Freund
Jim, erlebte und auf die er existentiell angewiesen war. Ohne seine Freunde wäre
sein Kohärenzgefühl zusammengebrochen. Daher tat er das für sich selbst einzig
Sinnvolle, als wohlmeinende Mitmenschen ihn zur Schule brachten: Er sprang
nämlich aus dem Schulfenster, um wieder zu den Quellen zu kommen, aus denen
sich sein Kohärenzgefühl speiste.

Das Kohärenzgefühl ist in Antonovskys Salutogenese-Modell die entscheidende
Grundlage von seelischer und körperlicher Gesundheit. *Soziale* Gesundheit kommt
in diesem Modell zunächst nicht vor, ist jedoch mit dem Grundgedanken des
Modells ohne weiteres vereinbar⁵. Sie korrespondiert auch mit dem Verständnis
einer *sozio-psychosomatischen Medizin* (s. Schema 1).



Schema 1

Zum Konzept einer sozialen Gesundheit

⁵ Schiffer, E.(2001 / 2013): Wie Gesundheit entsteht. Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung.
Weinheim und Basel: Beltz

Soziale Gesundheit weist einen Doppelaspekt auf: Zum einen die Verfasstheit des Individuums im Hinblick auf Empathie, Mentalisierungs- und Kooperationsfähigkeit, zum anderen die Verfasstheit der Gesellschaft, in der es lebt. Die beiden Aspekte stehen in einer Wechselbeziehung zu einander.

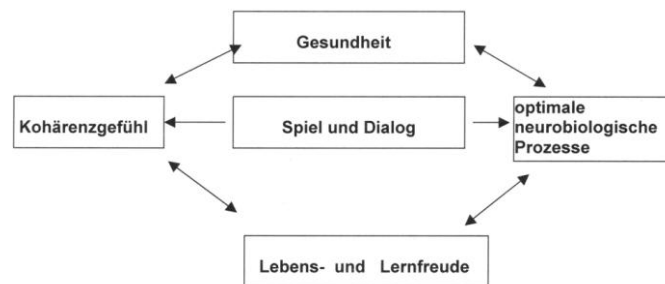
Hier kommen uns aktuelle Ergebnisse der Säuglingsforschung und Neurobiologie entgegen. Sie weisen auf ein individuelles *Gedächtnis der Liebe*. Dieses beginnt mit den frühen Lächelspielen und ist lebenslang über dialogisch-schöpferische Prozesse förderbar. Späterhin sind Respekt, Toleranz und Kooperation als Elemente einer sozialen Gesundheit über diese Prozesse mit erfasst. Vermittelt wird dies transgenerational durch die familiäre bzw. gesellschaftliche Umgebung des Kindes.

Entfaltung des Kohärenzgeföhles in Intermediärräumen

Intermediärräume entstehen ursprünglich in der Familie und können die familiären Beziehungen und damit auch Lebensfreude und Gesundheit ganz entscheidend stärken. Die Intermediärräume, wörtlich übersetzt: Zwischenräume, sind nicht messbar, nur erlebbar. Gemeint sind die Zwischenräume, die sich im Spielen wie im Dialog und natürlich auch im spielerischen Dialog oder dialogischen Spiel eröffnen. Es sind die Räume zwischen der Fantasie der Kinder und z. B. dem Sandhaufen vor den Kindern. Hier geht es insbesondere um das Miteinander im gemeinsamen Tun, das heißt um die Beziehung und Begegnung im *Spielprozess*. Eben dieser Prozess ist bedeutsamer als der Sieg, das Produkt oder die Ergebnisse aus dem Spielen, für die man dann eine Zensur, Lob oder Tadel beziehungsweise einen Platz in der Ranking-Liste bekommt. Kurzum: Gemeinsam eine Bude bauen ist wichtiger und aufregender als dann die fertige Bude. Und für die braucht man schon gar nicht eine Zensur oder einen Wettbewerb um die beste Bude. Die ist unsere Bude sowieso! In den Intermediärräumen ereignen sich in der schöpferisch-dialogischen Entfaltung *Augenblicke der Begegnung*. Das heißt man wird nicht um des Sieges oder eines anderen Vorteil willen „ausgeschaltet“, sondern aufgrund der *gemeinsamen* freudigen Erfahrung liebevoll wahrgenommen.

In diesem Prozess kommt es nachweislich zu einer deutlich vermehrten Ausschüttung bedeutsamer Stoffe wie z. B. den sogenannten *Nerven-Wachstumsfaktoren* (*brain derived neurotropic factor*). Das gilt nun nicht nur im Kindesalter sondern *in*

jedem Lebensalter! Die Nerven-Wachstumsfaktoren stellen eine notwendige biologische Voraussetzung für das erfolgreiche Lernen dar! Denn die Umstrukturierung in den Verknüpfungen der Nervenzellen, die mit jedem erfolgreichen Lernprozess einhergeht, ist an die Einwirkung dieses „Gehirndüngers“ gebunden. Ebenso kommt es bei der prozessorientierten gemeinsamen schöpferischen Entfaltung zur vermehrten *Oxytocin*-Ausschüttung im menschlichen Gehirn. Diese begründet die fröhlich-zugewandte Stimmung im *Zusammen*-Spiel, in dem man wahrgenommen und angenommen wird. In diesem Zusammenspiel entfaltet sich das Kohärenzgefühl besonders gut. Das gilt nicht nur für das kindliche Spielen sondern ebenfalls in jedem Lebensalter. In diesem Kontext ist festzuhalten, dass die individuelle neuronale Vernetzung bei Lernprozessen im Klassenverband erfolgreicher abläuft, wenn Beziehungsweisen im Sinne der Begegnung und des Willkommen-Heißens erfahren werden. Das Klassenklima verändert sich in einem positiven Sinne schon nach Ersterfahrungen dieser Art.⁶ (siehe Schema 2)



Schema 2

Wie unsere Erfahrungen gezeigt haben, ist in diesem Zusammenhang auch eine Förderung des Kohärenzgefühles bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit einem zunächst schwachen Kohärenzgefühl möglich – auch außerhalb der Klinik.⁷

⁶ Das ist auch eines der „Geheimnisse“ der erfolgreichen finnischen Schulpädagogik. Sie hat die offizielle Bezeichnung „Pädagogik des Willkommen Heißens“

⁷ Ausführlich in Schiffer, E. (2001 / 2013)

Da die für das Kohärenzgefühl bedeutsamen Ressourcen zunächst als externe Ressourcen vermittelt werden, bedarf es allerdings

- der Lokalisierung der Ressourcen in den Lebens- und Lernraum, um ein „Abspringen“ (s.a. Huckleberry Finn) zu vermeiden und
- eines längerfristigen Konzeptes, um eine „Verinnerlichung“ der Ressourcen zu ermöglichen.

Die Oase-Kurse und ihre Bedeutung für das Kohärenzgefühl

An den Oase-Intensivseminaren nehmen Schüler und Schülerinnen teil, die oft noch auf dem Weg in die Duale Berufsausbildung sind. Es kann bei ihnen in der Regel - wie oben beschrieben - ein unzureichendes Kohärenzgefühl angenommen werden. Die Schüler kommen geschlossen im Klassenverband einer Berufsbildenden Schule oder einer anderen beruflichen Bildungseinrichtung wie z. B. A&W Bildungszentrum in Sögel einmal im Ausbildungsjahr über drei oder auch fünf Tage. Begleitet werden sie in dieser Zeit von einer Ihnen bekannten Berufsschullehrkraft oder einem Ausbildungsmeister. An der pädagogischen Arbeit im engeren Sinne, insbesondere den thematisch gebundenen Gruppengesprächen, nimmt diese Ausbildungsfachkraft jedoch in der Regel nicht teil. Dennoch ist diese den Kursteilnehmern/innen bekannte Begleitperson mit seiner kontinuierlichen fachlichen und emotionalen Präsenz über die Zeit der beruflichen Bildungsmaßnahme – ein bis drei Ausbildungsjahre – für das Klassenkohärenzgefühl bedeutsam.

In den in der Regel drei Tagen des Kursgeschehens befinden sich die Schüler permanent sowohl in spontanen als auch von den beiden fachpädagogischen Begleitern vorskizzierten dialogisch-schöpferischen Intermediärräumen. Auch die dialogischen mentalisierungsorientierten Gruppenprozesse – zum Beispiel zum Thema Gewalt – ereignen sich in den Intermediärräumen. Vielfältige spielerisch-schöpferische prozessorientierte Entfaltungsweisen ermöglichen Augenblicke der Begegnung, aus denen heraus sich ein primäres Vertrauen des Einzelnen in die Gruppe entbindet wie auch ein primäres vertrauensvolles Gesamtgruppengefühl aus der komplexen Intersubjektivität der Teilnehmer. Die Gruppe wird mit ihrer *Haltefunktion* zu einem „mütterlichen Subjekt“, mit dem sich die einzelnen Teilnehmer jeweils identifizieren. Auch auf diesem Wege kann das erstarkende

Gruppen-Kohärenzgefühl das Kohärenzgefühl des Einzelnen stärken. Die motivierte und von der Grundstimmung her fröhliche Verfasstheit der Teilnehmer wie auch die der pädagogischen Kräfte spiegelt diesen kreativen Prozess wider.

Bedeutsam für die Weiterentwicklung des Gruppen-Kohärenzgeföhles im Anschluss an die Oase-Kursen ist dessen Transfer in die Ausbildungssituation. Hier kommt der Kooperation mit der Berufsschullehrkraft oder dem betrieblichen Ausbilder eine große Bedeutung zu. Nach Auskunft der Kursteilnehmer kommen diese zu den Folgekursen mit größerer Motivation als zu dem Erstkurs. Dies spricht für einen gelingenden Transfer mit Weiterentwicklung des Kohärenzgeföhles in der Ausbildungssituation. Wenn dann erst einmal im Kontext eines sich verstärkt darstellenden Gruppen-Kohärenzgeföhles die Lernprozesse leichter ablaufen, die für die Verstehbarkeit und Handhabbarkeit der Ausbildungswelt – als Teilkomponenten des Kohärenzgeföhles - notwendig sind, kann dadurch auch eine Selbstverstärkung des Kohärenzgeföhles in Gang gesetzt werden. Gleichwohl wäre für die Spursicherheit dieses Prozesses schon zu wünschen, dass gerade im ersten Ausbildungsjahr mehr als drei Tage Oasekurs pro Lerngruppe zur Verfügung stehen.⁸ Eine beginnende Verinnerlichung externer salutogener Ressourcen für das Kohärenzgeföhle ist bei einer Gesamtdauer des Prozesses - möglichst über einen Zeitrahmen von einem Jahr hinaus - wahrscheinlich.

Als ein entscheidender Schritt in diese Richtung kann das erweiterte Oase-Projekt an den Berufsbildenden Schulen Osnabrück Brinkstraße angesehen werden.⁹

Mitglieder des Lehrerteams jeweils einer Schulklasse haben freiwillig an einer ganztägigen Coaching Einheit und nach einigen Erfahrungswochen noch an einer halbtägigen weiteren Einheit teilgenommen. Es haben dabei auch Lehrende der Fachpraxis mitgemacht. Insgesamt waren es 25 Lehrkräfte. Das Pilotprojekt erstreckt sich auf vier Lerngruppen.

⁸ Eine zusätzliche Auskunft zur Notwendigkeit dessen könnte sich aus der Befragung der Teilnehmer mit dem klassischen SOC-Test z. B. ein halbes Jahr nach dem ersten Oasekurs ergeben - trotz dessen relativer Blindheit zur sozialen Gesundheit. Dieser Test sollte dann am Ende eines jeden Ausbildungsjahres wiederholt werden. Aussagekräftiger dürften allerdings - wie jetzt bereits vorgesehen - semistrukturierte Interviews sein.

⁹ Siehe hierzu auch den Bericht in der Neuen Osnabrücker Zeitung vom 13. 11. 2013 , S.9

Wesentliche Merkmale dieser Coaching Einheiten waren:

- a. Veranstaltungsort und –zeit außerhalb des schulischen Alltags
- b. Logotherapeutische und existenzanalytische Beratung
- c. Eine externe und von der Stiftung Oase beauftragte Fachkraft für die Gestaltung und Leitung der Coaching Einheiten für die Lehrenden
- d. Die ganztägige Coaching-Einheit der Lehrenden war **vor** dem dreitägigen Intensivseminar der Lerngruppe und die halbtägige Einheit einige Wochen nach dem Seminar.

Die Coaching Einheiten hat Logotherapeut Bernward Teuwsen vorbereitet, geleitet und reflektiert. Er verfügt über langjährige Kenntnisse aus dem Alltag der Berufsbildung, sowie zugleich über eine existenzanalytisch orientierte Beratungserfahrung einschließlich beziehungs-dynamischer Aspekte. (<http://www.logotherapie-bremen.de>)

Diese Konzeption fördert eine positive Begegnung aller Beteiligten untereinander. Vergleichbare Ziele strebt auch die sogenannte Balint-Gruppenarbeit an.¹⁰

Die Teamer (ReferentenInnen) im Intensivseminar haben etwa acht Wochen nach dem auswärtigen Kurs an einem Schultag direkt in der Berufsbildenden Schule erneut mit der Lerngruppe gearbeitet. Dabei wurde die Nachhaltigkeit in den Blick genommen.

Zusammenfassende Stellungnahme:

In den Oasekursen kann in produktiver Weise für Auszubildende mit einem schwachen Kohärenzgefühl im Kontext der Einbindung der Kurse in die gesamte berufliche Bildungsmaßnahme eine Stärkung des Kohärenzgeföhles ermöglicht werden. Das bedeutet eine Stärkung der Gesamtpersönlichkeit mit besseren Chancen für ein Ankommen und Bestehen auf dem ersten Arbeitsmarkt.

Dr. Eckhard Schiffer

¹⁰ Näheres hierzu siehe bei Schiffer, E.(1993 / 2010): Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde. Zehnte Auflage, Weinheim und Basel: Beltz, S.95 ff

Thematik ausführlicher abgehandelt in:

Antonovsky, A. (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt-Verlag.

Schiffer, E.(2001 / 2013): Wie Gesundheit entsteht. Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung. Achte und erweiterte Auflage, Weinheim und Basel: Beltz

Schiffer, E. & Schiffer, H.(2004): LernGesundheit. Lebensfreude und Lernfreude in der Schule und anderswo. Weinheim und Basel: Beltz

Schiffer, E.(1993 / 2010): Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde.

Zehnte und überarbeitete Auflage, Weinheim und Basel: Beltz

Schiffer, E. (2010): Lebensfreude, Lust und Lernfreude aus Intermediärräumen, in: Lust und Leistung ... und Salutogenese, Hrsg. T. D. Petzold. Bad Gandersheim: Verlag Gesunde Entwicklung

Winnicott, D. (1979): Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart: Klett-Cotta