

Albert Höfer
Kantorenheft



Der Gestaltverein (IGB) **verschenkt** zum 30 jährigen Jubiläum das **Kantorenheft**. Interessierte melden sich bei: j.lugeder@igb-bayern.de



Wer eine **Doppel-CD** der **Gesänge** zum Einüben und Mitsingen möchte, kann diese über die Homepage des IGB (<https://igb-bayern.de/christliche-gestalt/buecher/>) bestellen.

IN DIESER AUSGABE:

Werbung CD	1
Bild-Akrostichon	
Geistiges	2 - 3
Mose, das ganz andere Feuer	4 - 5
Gestaltsschreiberei	6
Kapellenakzent	
Etwas nimmt Gestalt an	7
Buchempfehlungen	8
Hier finde ich Begleitung	
Worte in den Tag	
Seite der Balance	9

BILD-AKROSTICHON-VON GABRIELE MEYER-SCHÜBL

Bild-Akrostichon ist eine Anregung an all die Phantasien, die wir in uns tragen. Begegnungen mit Situationen in der Welt deines Lebens ein Wort schenken, welches sich in weitere Worte verstreut. Ungeübt wagen wir das NEUE. „**Bild-Gestalten**“ erhalten lebensbezogene Buchstaben.



„Heilige Momente“

- H eimat gefunden
- E ntdeckungen
- I ntuitiv
- L iebvoll
- I nnig
- G ütig
- E hrlich

- M ut
- O ffenheit
- M eisterschaft
- E rkenntnis
- N achdenklichkeit
- T räumen
- E wigkeit spüren

WWW.IGB-bayern.de

Impressum: Integrative

Gestaltpädagogik in Schule, Seelsorge und Beratung, Bayern e.V., Schlehenental 13, D-



84036 Landshut, vertreten

durch: Yvonne Achilles

(Bildnachweise, wenn nicht anders angegeben aus Pixabay)

(mit „ät“ bei den Mailanschriften ist @ gemeint)

GEISTIGES: GNADE DIR GOTT, DER NIKOLAUS KOMMT!

Gnade dir Gott, der Nikolaus kommt!

Hans Mendl mit einer theologischen Kritik der pädagogischen Instrumentalisierung eines großzügigen Heiligen.

Was ist

Wenn es so etwas wie eine Schutzorganisation für missbrauchte Heilige geben würde, dann müsste man den heiligen Nikolaus auf jeden Fall dort melden. Am Vorabend des 6. Dezembers treibt nämlich unter Berufung auf ihn eine eigenwillige volkstümliche Figur in unseren Breiten ihr Unwesen: Sie geht von Haus zu Haus, besucht Familien und liest den Kindern, die bang dem Gast entgegenfeiern, eine Auflistung guter und weniger guter Taten vor. Verbunden wird dies mit Hinweisen, bei welchen Verhaltensweisen sich der Nikolaus – genauer: die Eltern – eine Besserung der Kinder wünschen würde.

Wenn es eine Schutzorganisation für missbrauchte Heilige geben würde, müsste man den heiligen Nikolaus dort melden.

Mancherorts wird der Nikolaus noch von einer furchteinflößenden Gestalt – dem Krampus (regional auch Knecht Ruprecht, Klaubauf, Butzenbercht, Fraache) – begleitet, der an den entsprechenden Stellen mit seiner Rute die Worte des Nikolaus untermalt oder gar die Kinder mehr oder minder stark mit der Rute berührt. Die Kinder spielen oder singen dem Nikolaus ein Lied vor. Danach erfolgt eine Übergabe von Geschenken. Diese wiederum haben, so berufene Kreise, in den letzten Jahren ein solches Übermaß angenommen, dass so mancher Nikolausdarsteller um seine Bandscheiben bangt.

Etwas entspannter geht es zu, wenn der Nikolaus bei Erwachsenen (in Sportvereinen, bei Firmenfeiern, in Hörsälen ...) auftritt, aber die grundsätzliche Strukturlogik ist auch hier gegeben: Den Adressaten (Vereinsvorsitzenden, Chefs, Dozierenden) wird ein hier meist humoristisch verpackter Sündenspiegel

(individuelle Eigenheiten, peinliche Episoden und kleinere Sünden des zurückliegenden Jahres) vorgehalten. Schwarze Pädagogik und eine im Wortsinne verkehrte Theologie. Was geschieht hier? Nichts weniger als eine Pervertierung der ursprünglichen Bedeutung des Heiligen Nikolaus im Zuge einer ganz schwarzen Pädagogik und letztlich auch die Konkretisierung einer im Wortsinn verkehrten Theologie. An der skizzierten Gestaltung des Nikolausabends wird die moralpädagogische Vereinnahmung einer Symbolfigur deutlich, wie sie im Zuge der Verbürgerlichung des Christentums erfolgte. Die deutlich aufscheinende Botschaft lautet: Du musst richtig handeln, dann wendet sich dir die autoritäre Größe (Eltern, Nikolaus, Gott) gnädig zu und du wirst den verdienten Lohn erhalten. Theologisch gesprochen: Der Imperativ geht dem Indikativ voraus. Diese Strukturlogik widerspricht fundamental einem gnadentheologischen Verständnis des Zusammengehens von Gnade und Tun.

Beispiele für eine solche eher gnadenlose Pädagogik lassen sich in vielen autobiografischen Darstellungen entdecken. „So wahr Gott die kleinen Äpfel erschuf, so wahr wird er Katholiken aus uns machen, er wird die Faulenzelei aus uns raus- und die göttliche Gnade in uns reinprügeln“^[1], schimpft der Pfarrer in der Rückerinnerung Frank McCourts an seinen Erstkommunionunterricht, bei dem Drohungen und Leistungsanforderungen dominierten. „die göttliche Gnade in uns reinprügeln“

Die Folgen einer solchen Erziehung sind evident; Tilman Moser schreibt: „Der Humus, auf dem du wachsen konntest, war kindliches Unglück“^[2]. Gott wird reduziert auf einen moralischen Oberwächter, wie sich das auch in einem Spruch wiederfindet, der auf dem Holzlineal meiner älteren Schwes-

ter eingeritzt war: „Gottes Auge ist überall, drum stehl mir nicht mein Lineal.“

Was sein sollte

Wie verhalten sich aber Handeln und Heil zueinander? Ich habe hier während meines Studiums Grundlegendes von Helmut Merkleins^[3] Deutung der Gottesherrschaft

als Handlungsprinzip gelernt; es prägt meine Theologie und Religionspädagogik bis heute.^[4]

Jesus ging es nicht um die Begründung einer neuen Leistungsethik Jesus ging es nach der Auslegung Merkleins nicht darum, neue voraussetzungslose Gebote aufzustellen. Ziel ist also nicht die Begründung einer neuen Leistungsethik – aber auch nicht die konsequenzlose Modellierung einer reinen Gesinnungsethik. Vielmehr ist die Ethik Jesu in seine zentrale und grundlegende Botschaft von der Gottesherrschaft, der *basileia tou theou*, oft übersetzt mit dem Kommen des Reiches Gottes, eingebettet und erhält von daher seine motivierende Kraft.

Nach neutestamentlichem Verständnis ist der Glaube in der folgenden Entwicklungslogik zu entfalten: Aus der Gabe erwächst die Aufgabe, oder in der Fachsprache: Erst auf den Indikativ erfolgt der Imperativ. Der Begriff der Gnade ist uns leider wie so viele andere theologische abhandeln gekommen; die reichhaltige Wortbedeutung des griechischen Wortes *charis* (Freude, Wohlgefallen, Freundlichkeit, Wohltat, Lieblichkeit, Geschenk, Dankbarkeit) impliziert die Fülle des Lebens und deutet auf einen menschenfreundlichen Gott hin. Das optimistische Ziel der frohen



GEISTIGES: GNADE DIR GOTT, DER NIKOLAUS KOMMT!

Hl. Nikolaus Universitätskirche Passau Foto: A. Erndl

Botschaft Jesu besteht in der endgültigen Heilszukunft von Gott und Mensch; Gott will, dass es uns ein für allemal gut geht. Diese Geschenkhafte des Heils setzt dann Kräfte zum Handeln frei. Merklein bezeichnet deshalb die Ethik Jesu als Handlungsermöglichung, in einem einfachen Satz so ausgedrückt: „Du hast das Leben, also handle danach.“ Hoffnungsfrohes eschatologisches Blitzlicht für die Erlösung durch und die Gemeinschaft mit Gott Sankt Nikolaus ist als Heiliger im Kontext der adventlichen Vorbereitung auf Weihnachten „eigentlich“ die Personifizierung der theologischen Aussage: „Euch wird (in Jesus Christus) das Heil geschenkt“: Eine mystische, ehrerbietende Gestalt der Vergangenheit mit prächtigem Gewand und langem Rauschebart, mit zahlreichen Legenden ausgeschmückt, der als hoffnungsfrohes eschatologisches Blitzlicht für die Erlösung durch und die Gemeinschaft mit Gott in die Gegenwart hineinreicht.

Kinder sollen also den heiligen Nikolaus bei der Vorbereitung auf das Weihnachtseignis als einen Vorboten der Geburt Christi erleben. Sie dürfen vor der ehrerbietig und mystisch inszenierten Gestalt des heiligen Nikolaus gerne auch Respekt und heilige Scheu empfinden, letztlich aber sollen sie die Begegnung dankbar als menschen- und kinderfreundliche Zuwendung einer höheren Macht in Erinnerung behalten. Ein Vorbote der Geburt Christi.

Wie es gehen könnte

Nichts ist schwieriger, als Traditionen zu ändern! Das ist nicht nur auf der Ebene der Weltkirche so, sondern auch in der Volksfrömmigkeit. Dass die Bereitschaft, Wandlung zu leben, begrenzt ist, hat Lothar Zenetti mit seinem wohlbekanntesten treffenden Gedicht „Inkonsequent“ aus dem Jahre 1972 auf den Punkt gebracht: „Sie werden empört sein: ‚Nein, alles soll so bleiben, wie es ist!‘“^[5] Vorrang der Geschenkhafte des

Heils vor jedem Leistungsanspruch als tragendes Erziehungsziel Global betrachtet sollte religiöse Erziehung grundsätzlich so angelegt sein, dass der theologische Vorrang der Geschenkhafte des Heils vor jedem Leistungsanspruch ein tragendes Erziehungsziel darstellt. Die Erfüllung religiöser und moralischer Pflichten darf nicht als Selbstzweck gelehrt werden, sondern muss in seinem kommunikativen Beziehungszusammenhang zwischen Gott als Urheber des Lebens und den Menschen als seine dankbaren Geschöpfe gesehen werden.

Die logische Reihung „zuerst der Indikativ und dann der Imperativ“ muss in dieser Aufeinanderfolge aber auch zeitlich in der Lebensgeschichte verortet werden: Für das Kindesalter gilt als zentraler Anspruch, den Indikativ, die Geschenkhafte des Lebens, zu verdeutlichen: Kinder müssen sich – auch in der Kirche und im Gottesdienst – als vorbehaltlos angenommen empfinden. Diese Ausgangsthese ist übrigens auch ein starkes Argument für die Nachrangigkeit der Erstbeichte erst nach der Erstkommunion; das erste Sakrament, das Kinder bewusst empfangen, sollte als reines Geschenk und nicht mit einer Auflage verbunden empfunden werden. Kinder sollen sich als vorbehaltlos angenommen empfinden

Was heißt das für den Besuch des Nikolaus?^[6]

Erstens: Der Nikolaus erzählt eine der reichhaltigen Legenden aus seinem Leben, z.B. wie er einer armen Familie geholfen hat.

Zweitens: Der Nikolaus verliest eine Positiv-Liste: Was die einzelnen Kinder alles können, was andere an ihnen schätzen, evtl. auch, worin sie gut und besser geworden sind.^[7] Das ändert zwar nichts an der pädagogischen Ausrichtung des gesamten Settings, aber es könnte einen Kompromissvorschlag darstellen, der angesichts der skizzier-

ten Wandlungshemmung Akzeptanz findet. Der Nikolaus verbindet die Aussagen mit einem Dank an die Kinder.

Drittens: Statt von einer Schreckgestalt wird Sankt Nikolaus von einem neutralen Helfer oder einer Engelsgestalt begleitet, die ihn bei seiner Arbeit unterstützt. – Kompromiss: Wenn der Krampus als unabdingbar erscheint, soll er sich zumindest zurückhalten. Alternative: Der Krampus wendet sich in besonderer Weise den Erwachsenen zu.^[8]

Viertens: Konsequenz zur zeitlich unumkehrbaren Aufeinanderfolge „vom Indikativ zum Imperativ“ erfolgt der Vortrag eines Gedichts oder das Vorsingen eines Lieds durch das Kind oder die Kinder erst nach dem Akt des Beschenktwerdens. – Kompromiss: Wenn die zuvor genannten Aspekte beachtet werden, kann es durchaus auch menschenfreundlicher sein, ein aufgeregtes Kind seine eingeübte Präsentation zuerst aufführen zu lassen, damit es dann entspannt den weiteren Ablauf genießen kann. Ein Mann der Kirche und der Caritas – der zeitlebens Menschen froh und glücklich machte „Befreien wir den heiligen Nikolaus von der Rolle des moralisierenden, mit einem Sündenregister von Familie zu Familie wandernden Boten! Aktuell ist und bleibt seine ursprüngliche, geschichtliche Wirklichkeit – als Mann der Kirche und der Caritas, der unaufdringlich und doch ansteckend eine situationsrichtige Nachfolge Christi vorlebte und zeitlebens Menschen froh und glücklich machte!“^[9]



Prof. Dr. Hans Mendl ist seit 1999 Inhaber des Lehrstuhls für Religionspädagogik und Didaktik des Religionsunterrichts an der Universität Passau. Ehrenmitglied in unserem Verein IGB

^[1] Frank McCourt, Die Asche meiner Mutter, München 1998, bes. 157-183.

^[2] Moser, Tilman, Gottesvergiftung, Frankfurt a. M. 1976, 12.
^[3] Merklein, Helmut, Die Gottesherrschaft als Handlungsprinzip. Untersuchungen zur Ethik Jesu, Würzburg 1978.

^[4] Mendl, Hans, Vom Indikativ zum Imperativ. Gnadentheologische Impulse für Kirche und Katechese, im: Lebendige Seelsorge 55 (2004), 193-198.
^[5] Zenetti, Lothar, Texte der Zuversicht. Für den einzelnen und für die Gemeinde, München 1972, 207.

^[6] Mendl, Hans, Gnade dir Gott – der Nikolaus kommt!, in: KatBl 134 (2009), 410-412.

^[7] Empfehlenswert: <https://www.kindergartenpaedagogik.de/fachartikel/feste-und-feiern/1968/>; siehe auch: <https://nikolaus-von-myra.de/de/>

^[8] Immer noch amüsant zu lesen: Gernhardt, Robert, Die Falle. Eine Weihnachtsgeschichte, Zürich 1993, bes. 18-23.

^[9] Läßle, Alfred, Kleines Lexikon des christlichen Brauchtums, Augsburg 1996, 173.

Mit freundlicher Genehmigung vom Autor Prof. Hans Mendl
Der Beitrag wurde auch veröffentlicht in:
<https://www.feinschwarz.net/gnade-dir-gott-der-nikolaus-kommt/>

KREATIV-SPRITUELLES: MOSE-DAS GANZ ANDERE FEUER



Schweigen vor dem Mittagessen macht die Sache rund. Nachmittags werden die Gedanken vom Vormittag zu Bild gebracht und betrachtet. Eine gemeinsame Eucharistiefeier, von Günther Lesinski, Kirchenrektor Haus Werdenfels, wunderschön gestaltet, beschließt

Mose – und das ganz andere Feuer

Alle Farben des Regenbogens haben uns begrüßt als wir unseren Kursraum für die spirituellen Tage betreten haben. Dr. Hans-Peter Eggerl hat uns viel Material mitgebracht – Acrylfarben, Pinsel, Spachtel, Texte, Musik und natürlich die Bilder seines Mosezyklus.

Mit einer Körperübung starten wir

jeden Tag und noch vor dem Frühstück wird gemalt, immer an dem gleichen Bild. Was darf bleiben, was wird übermalt – Nur Mut! Andacht, Achtsamkeit und Austausch geben Impulse zum Nach-Sinnen für den Vormittag. Was hat die Geschichte von Mose mit meinem Leben zu tun? Was klingt an und schwingt nach! Gemeinsames

den Tag.

Die vielen ausdrucksstarken Bilder zeigen, wir haben der Seele viel Futter gegeben und gehen reich an neuen Farben nachhause. Lieben Gruß und Gut Pfad

Anna Kirschner, Diözesanreferentin der DPSG, Referentin für Jugendpastorale Projekte, Dipl. Sozpäd FH, Gestaltpädagogin (IGB)

KREATIV-SPRITUELLES: MOSE-DAS GANZ ANDERE FEUER



Links: Mosezyklus von H.P.Eggerl. Oben von links nach rechts: A.K. „Du bist die Liebe“; F.W. „Im Feuer“; S.L. „So zeigst du dich“ ;J.P. „Der Rocker“; L.W. „Da pacem, Domine in diebus nostris, -“Gib uns Frieden, Herr, in unseren Tagen“; U.R „Dichterin“; J.L. “Ich bin DA“

Dichterin

Ich bin die Dichterin
 war lange nicht zu seh'n.
 Auch sollt' ich erst woanders
 sein:
 als Grund, als Rahmen für ver-
 gang'ne Zeiten.
 Ich hielt mich im Verborgenen

und sättigte mich leise.
 Vieles entstand, verging und
 wandelte sich um mich her.
 Ich wartete beharrlich, zäh,
 und baute mir mein Haus auf
 meine Weise.
 Ich bin die Dichterin, und ihr
 seht vieles in mir, doch nicht
 mich.
 Du suchst nach Elefanten, aller-
 lei Getier,
 siehst Baumgestalten, Engels-
 haare
 und ein Schiff.
 Ich bin die Dichterin.
 Du bist der Bug auf meinem Riff.

Schau in den Sand, lies dort dein
 Ebenbild.
 Horch an der Muschel, horch am
 Wellenschild
 (Ich bin die Dichterin)
 das Klopfen deines Blutes.
 In deinem Herzen schaue ich
 ins Auge deines Mutes.
 Bin hier, um dir davon zu künden,
 mit Zweigen malend Himmels-
 schlüsselblumen zu erfinden.
 Der Nebel lichtet sich.
 Ein Lied hebt an, ein süßes:
 Ich bin die Dichterin. Nur dieses.
 U.R. 30.10.2025

GESTALTSCHREIBEREI: EIGENTLICH

Eigentlich

Eigentlich weiß ich schon,
dass Jesus wieder in der Krippe liegt.

Eigentlich kenn´ ich die ganze Geschichte
von Hirten und Engeln und Königen.

Eigentlich sind sie mir vertraut,
die Lieder und die Sterne am Baum
und der Geruch nach Zimt.

Doch jedes Jahr neu
ist da ein Geheimnis,
eine Suche,
eine Spur.

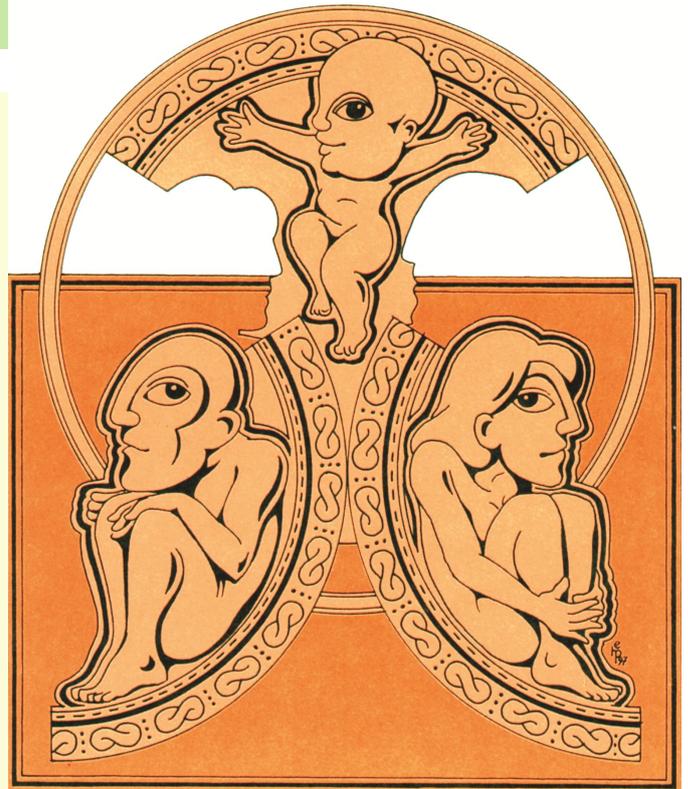
Und eine Hoffnung.

Dass es um mehr
geht,
um mich und um Ihn
und um alle Men-
schen.

Um das Eigentliche.

Regina Hagmann

Bild: Hans-Peter Eggerl: Von oben



RadKapellenTour-KAPELLENAKZENT – Gestaltpädagogisch aufbereitet

RadKapellenTour

Vilshofen-Schweiklbergtour

Kapellenakzent-Erinnerung

Ein Kapellenakzent ist ein aus der vor-
findbaren Kapelle entwickelter Gedanke.
Dieser Gedanke wird in Zusammenhang
mit dem jeweiligen Tour-Thema ge-
bracht.



Meine Bildcollage



In der Hofkapelle in Wenig bei Alders-
bach, Marienkapelle, begegnen Ihrem
Blick Gegenstände und viele Einzelbil-
der. Die Beziehungsgeschichten der
Gestände und Bilder konnten Sie im
Text von Herrn Drasch nachlesen.
Aus Gegenständen und Einzelbildern
ist eine Beziehungscollage ins Bild ge-

bracht. Eine in Ehre gehaltene Familien-
grabtafel, Marienbilder im Zusammen-
hang der Namensgebung zur Hofkapel-
le, der leidende Christus und eine Votiv-
tafel heben sich von der Außenansicht
der Marienkapelle ab.

Alles hat seinen Platz gefunden. Einen
Platz für Betrachtung, Gebet und Stille.
In die Beziehungscollage wurde noch
ein grüner leerer Kreis hineingesetzt.
Der grüne leere Kreis gibt Ihnen jetzt die
Möglichkeit, Ihr gutes Handeln als ein
Bild in den leeren Kreis zu setzen.
Sie schenken sich Zeit für Betrachtung
und Stille.



WERKSTATT: ETWAS NIMMT GESTALT AN



Tanz des Lebens
nimmt Gestalt an.
Künstlerin und IGB-Mitglied
Gabriele Meyer-Schübl,
Regensburg

Tanz des Lebens = Vertrauen

T räume mit Leichtigkeit leben
A nfangen aufzufangen
N achsicht walten lassen
Z ärtliche Zuwendung und
U nterstützung

D ankbar sein
E rfahrungen teilen
S elig sein

L obend liebevoll AN - Lächeln
E hrlichkeit leben
B erührung zulassen und
bezogen sein aufeinander
E insamkeit überwinden
N EUBEGINN
S egen sein - füreinander



Buchempfehlungen



Wir lesen von Adam und Eva, die haben im Paradies doch alles, was sie wollen und brauchen! Aber plötzlich wollen die beiden etwas anderes: sie wollen nicht mehr in dem Leben, was schon da und vorgegeben ist. Sie wollen selbst entscheiden, was gut und schlecht für sie ist. Sie wollen frei werden, um selbst entscheiden zu können. Sie wollen sagen können: Ich will! Sie wollen sein wie Gott, sagt die Bibel. Und damit beginnt das Drama der Menschheit. Kain erschlägt seinen Bruder Abel, weil er den gleichen Erfolg haben will wie der. Beim Turmbau zu Babel verlieren die Menschen den Zusammenhalt, weil sie zu hoch hinauswollen.

Das Leben wird anstrengend, sagt die Bibel, und am Ende wird der Mensch zu Staub. Deshalb fühlen sich Adam und Eva plötzlich nackt. Denn jetzt sind sie verletztlich geworden und schutzbedürftig. Und das macht Angst. Im Paradies waren sie sicher. Jetzt wartet hinter jeder Ecke der Tod.

Gott sagt: ihr Menschen könnt jetzt Gut und Böse unterscheiden. Das heißt aber auch: wir müssen wählen, wir müssen entscheiden, was wir wollen. Wir können es keinem anderen mehr überlassen. Und jede meiner Entscheidungen hat Folgen, und ich weiß nie im Voraus, welche das sein werden.

Und so beginnt die Entwicklung jeder Persönlichkeit. Jedes Kind stampft irgendwann mit dem Fuß auf und sagt: ich will aber.

Und Pädagogen sagen, dass man diesen Willen des Kindes nicht mit Gewalt brechen darf. Denn ohne dieses „Ich will“ findet das Kind nicht zu sich selbst.

Vielleicht ist das für die Autoren der Bibel die Aussageabsicht, weshalb Adam und Eva die Freiheit wollten, selbst entscheiden zu können: sie wollten sich selbst spüren. In seinem Wollen spürt der Mensch sich selbst. Gleichzeitig müssen wir bei allen Entscheidungen aber prüfen, welche Gefahr darin steckt.

Vielleicht hilft da das Beten. Wenn ich im „Vater unser“ bete: „Dein Wille geschehe“, dann komme ich wieder zurück zu Adam und Eva.

Ihre Entscheidung selbst bestimmen zu wollen über ihr Leben, erinnert mich an meinen eigenen Selbstbehauptungswillen und auch an meine Selbstüberschätzung.

Ich persönlich bete dann gerne: „Gott ich danke dir, dass du mir die Freiheit gibst, meinen Lebensweg selbst zu gestalten, auch wenn ich weiß, dass das, was ich will, mich oft eher vom Leben wegbringt. Bleibe Du bei mir auf meinen Wegen wie ein einfühlsamer Freund, der mich rechtzeitig warnt.“

Mit diesem Bild kann ich erleichtert aufatmen. Ich kann meine vielen Umwege im Leben dankbar annehmen. Ich weiß, dass ich nicht Gott sein kann, aber dafür darf ich ganz Mensch sein.

Hier finde ich Begleitung:

Gestaltseelsorge-Unsere Gestaltsupervisor:innen und Gestaltberater:innen stehen im Rahmen ihrer Ausbildung mit ihrer Begleitkompetenz zur Verfügung.

Sie bereiten im Supervisionsprozess eingebrachte Themen mit gestaltpädagogischem Blick auf.

Kontakte für Gestaltberatung und Supervision auf unserer Homepage des IGB.

Ein Angebot im Gegenüber, ein Angebot per Telefon oder ein Angebot per Zoom ist möglich.

Gestalt supervision:

<https://igb-bayern.de/verein/gestalt-supervisor-innen.html>

Gestaltberatung:

<https://igb-bayern.de/verein/gestalt-berater-innen.html>

Gedanken zum Tag von
Dietmar Rebmann aus München

Aufatmen

„Du kannst nicht immer alles bekommen, was du willst!“ Mit diesem energischen Satz beendet eine Mutter vor mir an der Kasse des Supermarktes die Diskussion mit ihrer Tochter. Aber das Kind beharrt auf seinem Willen und schreit nun noch lauter, was es haben will.

Es ist doch seltsam: eigentlich können wir nicht leben, ohne etwas zu wollen, aber dann müssen wir den Willen oft auch wieder unterdrücken.

Was ist das mit dem Wollen, warum bringt uns das Wollen in solche Schwierigkeiten?

Wir müssen doch etwas wollen: Kinder müssen lernen wollen, Komponisten müssen Musik machen wollen, Schriftsteller müssen schreiben wollen und Architekten etwas planen wollen. Sonst würden wir doch immer noch in Höhlen sitzen.

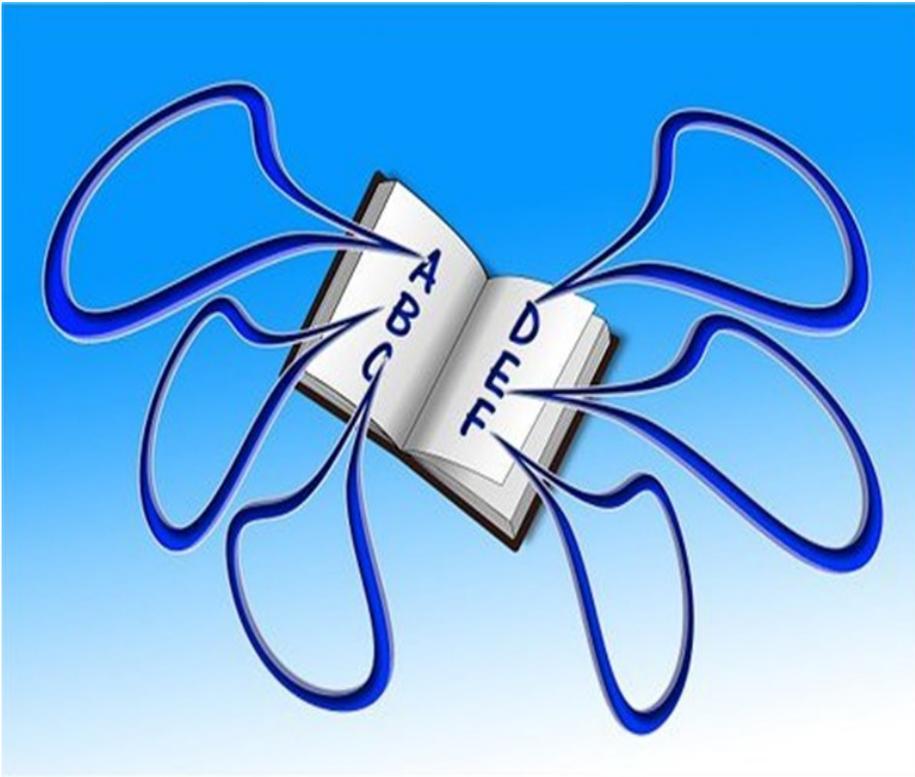
Aber irgendwie scheint in dem Wollen auch eine Gefahr zu stecken.

Wenn wir unserem Wollen nachgeben, kann das ganz schnell eskalieren und uns auf einen Weg bringen, der uns nicht glücklich macht. Und mehr noch, es kann alles zerstören. Viele Menschen zerstören ihre Gesundheit, weil sie den beruflichen Erfolg ohne Rücksicht auf Verluste durchsetzen wollen. Oder Menschen ruinieren ihre finanziellen Grundlagen, weil sie keine Grenzen kennen im nicht enden wollenden Kaufrausch. Vielleicht ist das der Grund, warum die so genannten biblischen Urerzählungen fast ausschließlich Einblicke in das menschliche Scheitern präsentieren.



Dietmar Rebmann, Gestalttrainer und Gründungsmitglied des IGB arbeitet als Leiter der Hörfunkabteilung im Rundfunkreferat der Bayerischen Bischofskonferenz

SEITE DER BALANCE: GESPRÄCH-FINALISIERUNG



Ein Gespräch will gerundet sein.

Zusammenfassende Worte bündeln die Intension und das Ergebnis bezüglich Ihrer persönlichen Einschätzung des Gesprächs. Bei einem Hauch von Unstimmigkeit ist eine körper-sprachliche Untermalung sinnig, die mit guten klaren Zukunftsworten begleitet ist. Das nächste Gespräch kann hier ein ziel-führender Ausblick sein.

Erarbeitete Aufträge sind noch-mals beim Namen zu nennen.

**Ein für Dich, für Sie
stimmiges Finale mag sich eigens
gestalten.**

SEITE DER BALANCE: ABRUNDUNG



RundumLAUF

**Psychohygiene und
Ressource für**

MORGEN

Das wohlwollende Sein ist eine gute Psychohygiene für Sie.

Die Besprechungstür ist geschlos-sen. Sie verweilen einen beja-henden Augenblick, atmen ruhig ein und auf.

Gehen zum Besprechungstisch zurück und räumen benötigte Materialien nach gesetzten Noti-zen über das Gespräch weg.

Gut so!

Finale Worte-Finale aktiv einleiten
Sich erheben-Sich bedanken
Bewegung geht schon in Richtung Besprechungstür.
Geschmeidige Worte
Verabschiedender Hand-Kontakt, eine Sekunde länger
Respekt und bejahender Augenkontakt
Kopfhaltung stabil und geradeaus
Entspannte Mundwinkel
Stimme leicht engagiert
Weitere Gesprächsthemen bei der Abrundung sind Tabu
setzen Sie noch ein kaum wahrnehmbares Signal in Richtung „Gut so“.



Beim letzten Blickkontakt