

Curriculum des Grundkurses



Ziel

Im Mittelpunkt des Grundkurses der ISBUS-Weiterbildung steht die Selbsterfahrung, die vermittelt, wie wir uns in unserer Beziehung zu Gott, dem Nächsten und sich selbst bewegen. Es wird eine profunde Einführung in systemisches Denken möglich, die sowohl für sich selbst als auch für die Erweiterung der Handlungskompetenz in einer helfenden Tätigkeit genutzt werden kann.

Als Arbeitsmittel sind auf Karten Übungen beschrieben, die in den Kursen ausprobiert werden. Die dort beschriebenen Anregungen sammeln die TeilnehmerInnen in einer Box, um darauf im Alltag zurückgreifen zu können und ggf. als Instrumentarium für die Arbeit mit Ratsuchenden zu nutzen.

Im Einführungs- und Grundkurs werden etwa 80 Karten dieses Manuals eingesetzt. Jede Karte bietet – unabhängig von den anderen – einen wertvollen Impuls für eine Horizonterweiterung. Das Kartensystem vervollständigt sich mit dem Vertiefungskurs.

Thematische Schwerpunkte

Die bereits im Einführungs- und Grundkurs berücksichtigten Themen sind folgende:

- *Rubrik Nr. 1 - Haltungen:* Bestimmte Grundhaltungen systemischen Denkens ermöglichen eine Perspektiverweiterung. Diese werden im Hinblick auf die eigenen Beziehungen ausprobiert.
- *Rubrik Nr. 2 - Ausbalanciert:* Unser Leben ist von einem ständigen Streben nach Ausgewogenheit zwischen zwei Polen bestimmt. Darin wird ein grundsätzliches Verständnis vermittelt, um besser zu erkennen, wenn etwas aus der Balance gekommen ist.
- *Rubrik Nr. 4 - Beziehungsnetz:* Wir sind stärker miteinander verbunden als es uns häufig bewusst ist. Sünde – der biblische Begriff für Zielverfehlung – bedeutet zu einem wesentlichen Teil, dass wir die Verbundenheit zu Gott und dem Nächsten ignorieren. Ein Genogramm (die Darstellung eines fokussierten Stammbaums) unter Berücksichtigung des Wirkens Gottes und manch andere Übungen lassen die Verbundenheit neu wahrnehmen.
- *Rubrik Nr. 5 - Kindschaft:* Das wohl gewichtigste Thema der Beratung im christlichen Kontext ist die leibliche und geistliche Kindschaft. Hier werden durch unterschiedlich gestaltete Übungen neue Zugänge zum Kindsein erschlossen. Beispielsweise wird einsichtig, weshalb das Ehren der Eltern für jeden eine lösbare Aufgabe ist
- *Rubrik Nr. 7 - Achtsam:* Unser Lebensstil begünstigt nicht gerade eine gute Körperwahrnehmung. Gemeint ist die Fähigkeit, auch im Alltag zu sich zu kommen und den eigenen Körper angenehm zu spüren. Dies ist im Grunde unerlässlich, um nicht nur mit sich selbst sondern auch mit anderen gut in Kontakt zu sein. Kleine, einfach umsetzbare

Übungen bieten Anregungen für den Alltag . Sie sorgen (neben einem häufigen Wechsel der Anforderungen durch unterschiedlichste Methoden) als Entspannungsübung dafür, dass die sehr intensive Zeit im Kurs nicht zu anstrengend wird.

- *Rubrik Nr. 8 - Selbstwahrnehmung:* „Wer bin ich?“ und „Wozu gehöre ich?“ sind die zentralen Fragen, die uns lebenslang beschäftigen. In dem Maße, in dem wir darin Sicherheit gewinnen, fühlen wir uns wohl. Mit unterschiedlichen Herangehensweisen erfolgt eine Standortbestimmung, die ressourcenorientiert die Selbstwahrnehmung stärkt.
- *Rubrik Nr. 9 - Gottesbeziehung:* Viele Christen nehmen in unserer Kultur wahr, dass sie zwar an die Liebe Gottes glauben, dieses Geliebtsein aber nicht deutlich spüren können. Hier Abhilfe zu schaffen, ist ein großes Anliegen der Seelsorge. Es werden biblische Texte so nachvollzogen, dass deren Aussagen lebhaftig spürbar werden.
- *Rubrik Nr. 10 - Herausfordernd:* Immer wieder werden wir mit schwierigen Herausforderungen konfrontiert. Im Grundkurs erfolgt eine kleine Einführung in das Phänomen Stress und worin die Antwort der Bibel besteht.

Neben diesen Themenschwerpunkten wird zweimal an jedem Kurstag eine Aufstellung durchgeführt, die auf das Handeln Gottes Bezug nimmt. Dieses Kurselement hat einen doppelten Effekt:

- Jede/r TeilnehmerIn hat im Laufe des Einführungs- und Grundkurses einmal die Möglichkeit, mit dem Potential der Gruppe für sich selbst einen wichtigen Lösungsschritt auszuprobieren.
- Für alle Anwesenden werden systemische Dynamiken, die sich auf Schöpfungsordnungen Gottes für unsere Beziehungen ergeben, viel erfahrbarer als dies durch bloßes Referieren möglich wäre.

Außerdem wird bezogen auf die Themenschwerpunkte und die häufigsten seelsorgerlichen Anliegen, die die TeilnehmerInnen mitgebracht haben, mit Aufstellungsvarianten gearbeitet, die zu zweit durchgeführt werden können und deshalb auch in der Einzelseelsorge oder Beratung angewandt werden können. Dabei werden die Repräsentanten des Systems dargestellt, indem man Blätter (sogenannten Bodenankern) im Raum auslegt und diesem Platz im Beziehungsgeflecht nachspürt.

Pro Seminartag werden etwa zwei dieser Prozesse durchgeführt, die jeweils 30-45 Minuten dauern.

Struktur

Diese Weiterbildungseinheit umfasst insgesamt lediglich 6 Seminartage in zwei oder drei Blöcken.

Die Leitung der Grundkurse hat bis Dezember 2012 Dietmar Pfennighaus. Danach werden es qualifizierte Fachkräfte übernehmen, die unter anderen Weiterbildungen alle ISBUS-Kurse durchlaufen haben.