

ISIS-Institut Köln Newsletter 2020

Liebe ehemalige und aktuelle Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

liebe systemisch Interessierte,

ich hoffe, Sie sind/ihr seid gut mit der schwierigen Situation der letzten Monate zurechtgekommen und konnte die Zeit vielleicht auch dazu nutzen, neue Ideen und Lösungen zu entwickelt.

Viele Gespräche mit Lehrerinnen und Lehrern in letzter Zeit haben gezeigt, dass der Lockdown durchaus auch genutzt werden konnte, um zu entschleunigen und – vom „Hamsterrad“ befreit – auch neue „Erdung“ zu bekommen. Dabei wieder neu zu entdecken, was wirklich wesentlich ist.

Aus systemischer Sicht könnte man sagen, dass uns das Leben hier einen „Unterschied“ zu unserem bisherigen Alltagsgeschehen, unseren Ritualen und Strategien angeboten hat.

Diejenigen, die krank geworden sind, mussten in einer irritierten medizinischen Welt passende Hilfen finden, was nicht immer einfach war und ist. Oftmals fühlten sich einige hier auch alleingelassen, nicht gewertschätzt und unterstützt. Andere konnten die Empathie und das Mitgefühl professioneller Helfer und der Menschen aus ihrer Umgebung auf eine sehr unterstützende Art erfahren.

Viele haben die persönliche und berufliche Situation nach und nach aber auch als außerordentlich belastend erlebt und mussten neue Wege suchen, sich im gegebenen Kontext neu/anders zu formieren.

Die „neurosystemische“ Ideen für das Krisengeschehen

Dieser „Unterschied“ im Erleben löst bei vielen Menschen Unsicherheit aus, andere können damit ganz gelassen umgehen. Wie wir aus der Neurobiologie wissen, gehen unsichere Rahmenbedingungen zunächst mit Angst, Wut oder Ohnmacht einher. Sie aktivieren die sog. „älteren Strukturen“ im Gehirn.

Gerade für Menschen, die im Umgang mit Ambiguitäten und Unklarheiten nicht die nötigen Verarbeitungsstrategien entwickelt haben und entwickeln konnten, ist das eine sehr belastende Situation.

Aus systemischer Sicht können wir sagen: unsere Umwelt bietet uns in diesen „überraschenden“ Situationen „Einladungen“ in bestimmte emotionale Haltungen zu gehen.

Wenn wir unser Selbststeuerungssystem nun einigermaßen geschult haben, also gelernt haben, uns selbst zu beobachten (dissoziieren), so liegt es sehr an uns, wie wir diese Einladungen beantworten.

Wir haben hier Wahlmöglichkeiten: entweder in eine „Problemtrance“ (alles ist schlimm und unlösbar) einzutreten oder - nach einem kurzen Ausflug in die Problemtrance – in eine Lösungshaltung zu gehen.

Auf diese Weise kann das eigene Problemerleben als Ausgang und Hinweis genommen werden, sich an die eigenen Ressourcen zu erinnern, emotionalen Ausgleich zu finden und Handlungsfähigkeit wiederherzustellen.

Dies ist im Beratungskontext die wichtigste Strategie, um als „schwierig“ erlebte Situationen besser bewältigen zu können.

- **Mein Krisenerleben**

Ich bin selbst Anfang März in eine Situation gekommen, dass in einem Seminar, was gerade beginnen sollte, viel Aufregung entstand, weil in unmittelbarer Umgebung des Ortes, an dem wir tagten, möglicherweise ein Infektionsherd im Entstehen war.

Wir haben dann aus diesem Erleben heraus und angelehnt an die Maßnahmen der Landesregierung NRW in Bezug auf Weiterbildungsveranstaltung, alle Präsenzveranstaltungen absagen müssen.

Für uns war dies eine sehr eigenartige Situation: der volle Seminarkalender war auf einmal Makulatur und das Füllen der sich daraus ergebenden (zeitlichen und finanziellen) Leere war eine ungewohnte Aufgabe.

Dankenswerter Weise wirken aber die Mechanismen, die ich TeilnehmerInnen in meinen Seminaren anbiete (und das konnte ich nun gut bei mir beobachten), auch bei mir selbst: „in der Krise liegt eine Chance“.

Nach einer kurzen Pause wurde ich also wieder aktiv und suchte nach Lösungen und Chancen für die kommende Zeit.

- **Neue Lösungen: Präsenz- und Online Lernen**

Wir haben die Zeit genutzt und uns überlegt, welche Kurse wir auch in einem Onlineformat anbieten können.

Viele von uns haben in der letzten Zeit die unterschiedlichsten Erfahrungen mit Videokonferenzen gemacht. Ich selbst habe eine Onlinetagung mitorganisiert und kann jetzt sagen:

Für mich können diese Formate eine Ergänzung sein, sie ersetzen aber oft nicht das Lernen in einer Gruppe von Menschen, die direkte Begegnung, der Austausch und die Präsenz, die wir durch reale Menschen erfahren.

Wir wollen daher ab Herbst unsere Angebote kombinieren. ***D.h. man kann wählen, ob man direkt in Köln im Institut in der Gruppe teilnimmt, oder sich über unsere ISIS-Online-Plattform in das Seminar einwählt.*** Auch im Onlineformat ist dann die direkte Kommunikation mit den anderen Präsenz-/Onlineteilnehmern gegeben, es können Kleingruppen gebildet werden usw.

Die ersten Kurse, die wir in dieser Form anbieten werden, sind.

- **Die Kursreihe „Systemisch-lösungsorientierte Gesprächsführung“ (SWB 01) - Beginn 11.9.2020**
- **Die ISIS Akademie Tageskurse (AOT Reihe)**
- **Die Intervisionstreffen in der Ausbildung „Systemische Beratung“**

Weitere Angebote werden dann folgen, wenn es sich als stimmig und zielführend erweist.

Man kann bei diesen Kursen also zwischen der Präsenz- und Onlineteilnahme wählen und auch variieren.

Alle Arbeitsmaterialien werden bei diesen Kursen für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf einer Plattform zum Download bereitgestellt.

Die Veränderungen der Struktur werden wir zeitnah auf die Homepage einstellen. Derzeit arbeitet der Entwickler noch an der Umsetzung des neuen Lernportals.

Wir freuen uns auf neue interessante Erfahrungen und wünschen allen einen schönen und gesunden Sommer.

- **Neubeginn nach den Sommerferien**

Infolge des Corona Lockdowns mussten wir Seminare Absagen und Kurse verschieben.

So hat sich für uns ein komplett neuer Zeitplan entwickelt. Wir werden mit den ausgefallenen Veranstaltungen nun nach den Sommerferien einen Neustart angehen.

Die genauen Starttermine für die Kurse sind auf der ISIS Homepage angegeben.

- **ISIS-Videokanal**

Wir haben die Zeit auch dazu genutzt, um ein ISIS Videoformat aufzubauen.

Wir nennen es:

„Systemische Pädagogik in 20 Minuten“

In jeweils ca. 20 - minütigen Gesprächen stellen wir unterschiedliche Themen aus der Praxis der systemischen Pädagogik vor

Die Videos können aufgerufen werden unter folgendem Link:

<https://www.youtube.com/channel/UCgFIS40iFQwIsdyPfs0spmg>

Auf ein baldiges Wiedersehen.

Im Namen des ISIS Teams

Dr. Peter Herrmann