

# Der Weg durch den Sturm

**Weltarbeit** nach Arnold Mindell (Arbeit mit Gruppen und Gruppenkonflikten)

„Ich hatte einen Traum, meine neue Klientin sei die Welt.“

Arnold Mindell

Arnold Mindell arbeitet sowohl mit Einzelnen als auch mit Gruppen und Großgruppen in allen Erdteilen, um soziale Konflikte, Beziehungs-, Welt- und Umweltprobleme zu heilen. Sein Streben ist, Interventionen zu finden und entwickeln, die in allen Kulturen und unter allen Umständen wirksam sind. Vor allem liegt ihm daran, „Werkzeuge“ zu erforschen, die auch in einem emotional stark aufgeladenen und „aufgeheizten“ Umfeld wirksam sind – das ja weltweit an zahllosen Krisenherden Wirklichkeit ist. Nach seiner Erfahrung genügen in einer emotional „geladenen“ Gruppe im günstigen Fall eine Handvoll bewusster und in Interventionen der Weltarbeit erfahrener Menschen, um das Feld im Sinne von Lösung und Heilung zu beeinflussen.

**Weltarbeitsmethoden** dürfen nicht voraussetzen, dass die verantwortlichen Facilitatoren bzw. Gruppenleiter immer in sich zentriert sind – einfach weil dies nicht immer der Fall sein wird. Auch Gruppenleiter werden manchmal in den Strudel ihrer eigenen Gefühle oder einer kollektiven Stimmung gezogen.

Werkzeuge der Weltarbeit können nur erfolgreich eingesetzt werden, wenn gewisse persönliche Voraussetzungen erfüllt sind. Dazu gehört nach Mindells Erfahrung vor allem die Haltung der **tiefen Demokratie**, die unerschütterlich an die Wichtigkeit aller Teile eines Ganzen glaubt, an die Bedeutung all unserer Persönlichkeitsanteile und aller verschiedenen Sichtweisen in der Welt um uns herum. „Die Haltung der **tiefen Demokratie** hingegen muss danach streben, eine **Weltarbeit** zu entwickeln, die sich mit allen abgibt, auch mit Menschen in gewalttätigen emotionalen Verfassungen und in chaotischen Umständen, da es in Perioden schneller Veränderungen sowieso vor allem solche Menschen gibt.“ (Arnold Mindell)

**Tiefe Demokratie** ist die Grundlage der Einsicht, dass die Welt existiert, um uns zu helfen, ganz und heil zu werden, unser wahres Selbst zum Ausdruck zu bringen. Und dass wir wiederum existieren, um der Welt zu helfen, ganz zu werden und heil zu sein. Die innere Haltung der tiefen Demokratie und die dazu erforderliche innere Entwicklung im Verein mit den Werkzeugen der Weltarbeit sind nach Mindell die besten Voraussetzungen, selbst eskalierende globale Konflikte in der äußeren Welt zu lösen und heilen zu lassen.

**Zeitgeister** – sind Archetypen, die sich zu bestimmten Zeiten durch bestimmte Menschen ausdrücken. Diese Archetypen kommen aus dem Unbewussten ans Licht, wenn wir ihnen erlauben, durch uns zu sprechen, oder wenn sie von uns Besitz ergreifen; und sie sind wandelbar, wenn wir ihnen Raum geben, sich zu entfalten und sich zu zeigen. **Diese Geister sind Teil des Feldes, das die ganze Gruppe bildet** und treten zunächst in sich scheinbar gegenüberstehenden Kontrahentenpaaren auf: Kommunisten und Kapitalisten, Realos und Fundis, Arbeiterinnen und Manager, arme Länder und reiche Länder, Täter und Opfer, Heldinnen und Schurken und so weiter.

Aus seiner Feldsicht ist eine Gruppe oder Organisation nicht eine Ansammlung von Menschen, sondern ungleich komplexer: Zusammen mit ihren Träumen und Untergrundströmungen ist sie ein Feld, das sich in physischen Strukturen, menschlichen Gefühlen, einer bestimmten Atmosphäre und umrissenen Aufgaben und Rollen manifestiert. Bei jeder Begegnung oder in jedem Zusammenkommen von Menschen wirken unsichtbare Einflüsse, die sich in den Stimmungen, Motivationen und Träumen der Gruppenmitglieder zeigen.

„Zum Teil werden die Kräfte, welche auf uns einwirken, von der Physik, der Geologie und der Psychologie beschrieben. Weil aber unsere Welt auch von menschlichen Beziehungen und dem Zusammenleben von Gruppen, Städten und Nationen und von der internationalen Dynamik bestimmt wird, gehören die Macht der Träume, die Körpererfahrungen, die Dynamik von Familien und Gruppen und die Art, wie sich Organisationen entwickeln, ebenfalls zu diesen Kräften. Weil sich unser Planet in vieler Hinsicht wie ein riesiges lebendes Wesen zu verhalten scheint, muss sich Weltarbeit zudem auch mit der lebendigen Ganzheit von Gruppen beschäftigen und die Mythologien und Religionen der Welt verstehen. Sie muss dabei helfen, aus der Asche gescheiterter Regierungsformen neue Kulturen zu schaffen.“ (Arnold Mindell)

Das Feld, das eine Gruppe ist, ist wiederum eingebettet in und Teil größerer Felder, und letztlich ist die ganze Welt ein einziges zusammenhängendes Feld, in dem alles mit allem verbunden ist. An einer Stelle im Buch spricht Arnold Mindell von der „unheimlichen und ehrfurchtgebietenden Natur der Gruppenfelder, die die Welt durchdringen, in der wir leben“.

Ein Feld, auch das Feld, das unsere Welt ist, hat weder Innen- noch Außenseite. Die Atmosphäre unserer Welt, die kollektiven Geister, beeinflussen – wo immer wir sind und in welcher Gruppe wir uns auch gerade befinden – unsere Körper, zerran an unseren Beziehungen, polarisieren und trennen uns von Freunden und Familienmitgliedern oder vereinen uns mit ihnen. In diesem Feld geht es darum alles, was verborgen ist, ans Licht kommen, sichtbar und hörbar, spürbar und wahrnehmbar werden zu lassen, damit das Feld kongruent und damit kraftvoll und heil sein kann. Alles Verborgene – zum großen Teil ist ja Unschönes, Unheiles, Beängstigendes verborgen – ist unsichtbare Ursache für Konflikte. Konfliktlösung braucht das Bewusstmachen von unbewusst Vorhandenem, damit es als Konfliktauslöser oder -ursache klar zutage treten kann. Mit dieser Bewusstmachung werden Wege der Konfliktlösung deutlich und teilweise bereits in die Wege geleitet. **Solange das Feld inkongruent ist (das heißt solange Bewusstes und zum Beispiel Unbewusstes im Widerspruch zueinander stehen), sind Konflikte vorprogrammiert.** Wenn das Feld kongruent ist, ist das, was eine Gruppe glaubt, identisch mit dem, was sie tut. Innerer Frieden und eine kraftvolle und schöpferische Ausrichtung sind die Folge.

Was braucht es Mindells Erfahrung nach, um Konflikte in Gruppen zu lösen?

Gewisse Konflikte scheinen sich zu wiederholen, als wenn sie nicht von Menschen, sondern von **kollektiven Geistern** (spirits of the time – wandelbare kollektive Geister) erzeugt würden. Deshalb sieht Arnold Mindell das Zurücknehmen von Projektionen nur als einen Teil der Weltarbeit. Sein darüber hinausgehender Ansatz ist, auch die Spannungen im Gruppenfeld bearbeiten, so als sei es das Feld selbst, das versucht, sich auszudrücken. Aus der Sicht der Weltarbeit ist ein Konflikt innerhalb einer Gruppe ein Versuch der kollektiven Geister, sich aneinander zu reiben. In solchen Fällen können sich einzelne Menschen benehmen oder fühlen, als würden sie von diesen miteinander streitenden Geistern als Kanäle benützt.

In der Arbeit mit Gruppen kann **tiefe Demokratie** auch heißen, dass wir wahrnehmen, wie Gruppenkonflikte und politische Konflikte mit den jeweiligen kollektiven Geistern zusammenhängen.

Die Rollen, die wir in einem Gruppenfeld spielen, sind also nicht nur und nicht immer persönlich oder individuell. Oft sind wir offensichtlich Kanal für bestimmte archetypische kollektive Energien, die wir überall auf der Welt finden. Diese Energien sind wie Figuren in unseren Träumen; oder wie Strudel oder Stromschnellen in einem sonst unsichtbaren Feld. Wenn wir uns in einem bestimmten Feld mit einem solchen „Geist“ identifizieren, fühlen wir tatsächlich die Gefühle dieses Geistes, als wären es unsere eigenen. Wir agieren wütend oder aufgeblasen, fühlen uns heldenhaft oder als Opfer. Die Energien des betreffenden Geistes lassen uns launisch oder besessen, verrückt oder lustig, deprimiert oder selbstmordgefährdet auftreten.

**Rollen: Bei all dem ist wichtig**, im Auge zu behalten, **dass wir uns von den Rollen, die wir in einem Feld einnehmen, unterscheiden**. Als Individuen sind wir zu komplex und haben zu viele Facetten, um uns auf irgendeine Rolle festzulegen, auch wenn wir vorübergehend von einem kollektiven Geist besessen sind. Einzelne Menschen sind nie nur mit diesen Geistern identisch. Jede von uns hat das Potenzial, gleichzeitig viele verschiedene Gefühle und Geister in sich zu tragen und auszudrücken oder sinnvoll einzusetzen.

„Ich habe die Erfahrung gemacht, dass soziale Ereignisse, welche zuerst zufällig und chaotisch zu sein scheinen, sich durch die Wirkung vorher verborgener Parameter immer sinnvoll und in einer gewissen Ordnung entwickeln. Turbulente Situationen, welche sich in Zeiten rascher Veränderungen oder sogar während Revolutionen abspielen, enthalten potentiellen Sinn und Ordnung. ... Auch körperliche Krankheiten, seelische Erkrankungen und chaotische Beziehungsprobleme sind sehr genau strukturiert. Das Wissen darum, wie diese Strukturen und Muster gefunden und entfaltet werden können, führt zu einem Gefühl der Stille, ins Auge des Taifuns inmitten der globalen Verwirrung.“ (Arnold Mindell)

Eine wesentliche Aussage und Erfahrung aus Arnold Mindells Arbeit ist, dass diese Energien keine statischen, dauerhaften Zustände oder Gegensätze, sondern wandelbar sind. Wenn wir mit diesen kollektiven Geistern so umgehen, dass wir uns bewusst mit ihnen identifizieren, sie schmecken und von innen erleben, sie spielen und sich durch uns ausdrücken lassen, verändern und wandeln sie sich – und Heilung von dem, was vorher un-heil war, wird eingeleitet. Wenn zum Beispiel die Rolle einer Person, die zunächst absolut böse zu sein scheint, auf diese Weise bearbeitet wird, kann diese Tiefe und Mitgefühl entfalten. Genauso kann sich eine Person in einer puritanischen und moralischen Rolle unerwartet rasch in eine tyrannische und böse Figur verwandeln.

© 2009 Petra Mecklenburg, <http://www.liebewahrheit.de/>

## **Prozessorientierte Psychologie von Arnold Mindell**

Die Prozess orientierte Psychologie wurde von Arnold Mindell begründet. Er wurde 1940 in New York geboren, ist Magister der Physik, Ph.D. der Psychologie (1971) und hat ein Diplom in Analytischer Psychologie am C. G. Jung-Institut in Zürich (1970) erhalten. Die Entdeckung, dass Träume und Körpersymptome dieselbe Wahrheit ausdrücken wollen, führte zu seiner "Traumkörperarbeit" und schließlich zur Gründung der Forschungsgesellschaft für Prozessorientierte Psychologie.

## **Wichtige Stichworte in der Prozessorientierten Psychologie:**

**Aufräumen:** Wenn jemand von einer Energie, für die es noch keine angemessene Äußerungsform in der Gruppe gibt belegt wird. Dieses Phänomen tritt auf, wenn ein Doppelsignal in einer anderen Person Reaktionen hervorruft. Die reagierende Person träumt das auf, was die Doppelsignal sendende Person unbewusst mit ausdrückt.

**Doppelsignal:** Ausdruck einer Information oder eines Teiles einer Information, welche nicht den Absichten des primären Prozesses entspricht. Inkongruenzen, Doppelbotschaften, Körpersprachliche Äußerungen außerhalb der Wahrnehmung des Senders in Widerspruch zur bewussten Äußerung

**Facilitator/-in:** Als Facilitator/-in sind Sie nicht vorrangig daran interessiert, eine schnelle Lösung für die Probleme der Gruppe zu finden, mit der Sie arbeiten, sondern daran, die Prozesse im Feld, welches Sie vorfinden, zur Entfaltung zu bringen und die Wahrnehmung darüber zu wecken. Dazu sind sowohl die innere als auch die äußere Feldwahrnehmung wichtig.

**Rückkopplung:** Dieser Ausdruck wird in der Prozessarbeit zur Bezeichnung der Reaktion auf einen Impuls oder Stimulus verwendet. Negatives Feedback bezeichnet in diesem Zusammenhang eine Reaktion, welche diesen Stimulus nicht aufgreift; als positives Feedback wird eine Reaktion bezeichnet, welche den Stimulus aufgreift und somit zu Änderungen im System führt. Der Fluss der prozessorientierten Arbeit orientiert sich am Feedback.

**Feld:** Die Prozessarbeit definiert das Feld durch Analogien mit der Physik und durch seine Wirkungen. Felder werden in Anlehnung an die Physik als innerlich verbunden und von nichtkausalen Kräften organisiert verstanden. Innerhalb eines Feldes wirken alle Teile auf alle anderen Teile ein. Es ist ein wichtiges Ziel der Prozessarbeit mit Gruppen, die Wahrnehmung und Entfaltung von Strukturen und Dynamik von Feldern zu studieren und zu fördern. Ich betrachte die Gruppe als Feld und die Teilnehmer als Anzeigeelemente für das Energiefeld der Gruppe. Dabei betrachte ich besonders "störende" Äußerungen einzelner Teilnehmer als Hinweise auf Themen, die angesprochen werden sollten.

**Geisterrolle:** Ein nicht direkt angesprochener oder verkörperter Teil des Feldes, mit dem sich niemand identifizieren kann, auf den das Feld aber reagiert bzw. der für das Feld eine bestimmende Wichtigkeit hat. Themen, die unterschwellig in der Gruppe arbeiten. Sie werden oft durch Doppelsignale oder Projektionen auf nicht anwesende sichtbar. Diese Themen und die damit verbundene positive Absicht herausgearbeitet werden, wenn die Gruppe sich weiter entwickeln will.

**Globales Bewusstsein:** Globales Bewusstsein geht immer davon aus, dass einzelne Prozesse mit dem ganzen Feld verbunden sind, sei es in der Arbeit mit Einzelpersonen, Gruppen oder Großgruppen.

**Grenze:** Die Grenze trennt den primären Prozess (die primäre Identität) von den sekundären Prozessen. Die Grenze wird erfahren als die Grenze dessen, was wir als zu uns gehörig betrachten, und als Grenze dessen, was wir uns zutrauen.

**Kanal:** Die Prozessarbeit benutzt zum Erfassen und Beschreiben der Signale eines Prozesses ein Kanalsystem. Es besteht aus einfachen (Sinnes-)Kanälen: Sehen/Hören/(Körper)Fühlen/Bewegen und aus den zusammengesetzten Kanälen: Beziehung und Welt. Dieses Kanalsystem wird nicht als abgeschlossen betrachtet. Insbesondere kann es zur Erfassung und Beschreibung von Prozessen von Gruppen sinnvoll und kreativ sein, andere Kanäle zu benutzen und zu erforschen.

**Metaskill:** Die Haltung/Einstellung, aus der heraus jemand arbeitet.

**Metakommunikation:** Metakommunikation ist die Fähigkeit, über die Gesamtheit des Informationsflusses (primärer und sekundärer Prozess) und seine Dynamik zu kommunizieren. Ein Mensch, welcher über Metakommunikation verfügt, nimmt seine eigene momentane Art zu kommunizieren wahr, kann sich darüber äußern und kann darauf angesprochen werden. Das gleiche gilt für Gruppen.

**Offener Zugang (blank access):** eine Haltung und Interventionsweise, bei welcher Stimmungen und Inhalte angesprochen und in ihrer Entwicklung unterstützt werden, ohne dass der/die FacilitatorIn schon genau wissen, um was es sich dabei handelt.

**Primärer Prozess:** Die Signale, das Verhalten und die Weltanschauung, mit denen sich ein Einzelner oder eine Gruppe identifizieren.

**Prozess:** Der Fluss von Signalen und Informationen. Der Prozess wird von denjenigen beschrieben, welche ihn wahrnehmen.

**Prozessieren:** Das sich entfalten lassen von Symptomen und Signalen. In Gruppen übernehmen dabei Menschen spontan und wechselnd Rollen, die sie als inneren Impuls als zum Thema gehörend erleben. Sie drücken Ihre Meinung aus und verlassen auch wieder den Ort der Meinungsäußerung und andere übernehmen fließend diese Rollen oder die Gegenrolle. Das Symptom wird prozessiert indem sich der Symptomträger voll in die Rolle des Symptoms hineinbegibt, aus ihr heraus spricht, handelt und sich überlegt, wem gegenüber er in Wirklichkeit in seinem Leben sich so verhalten möchte oder was er bei sich dadurch erreichen möchte, wenn er sich selbst gegenüber so wie das Symptom verhält.

**Rang:** Die hierarchische Rolle, die Mitglieder einnehmen. Es ist wichtig darüber ein Bewusstsein zu haben, um die Interaktionen richtig verstehen zu können. Ein Rang ist sozial konstruiert und hat gruppenspezifische Wertigkeit: Hautfarbe, Alter, Geschlecht, Bildung, sexuelle Orientierung, Religionszugehörigkeit, soziale Position, Beruf, Gesundheit, ... Ein Rang ist ein Doppelsignal.

**Rolle:** Die Kräfte eines Feldes zeigen und polarisieren sich in Teilen oder Rollen, welche untereinander eine Dynamik entwickeln. Rollen sind immer größer als einzelne Menschen, und ein einzelner Mensch ist immer größer als die Rolle, welche er gerade besetzt.

**Sekundärer Prozess:** Prozesse, welche sich in Signalen äußern, mit welchen sich ein Individuum oder eine Gruppe **nicht** identifizieren. Äußerungen aus Doppelsignalen. Wichtige Inhalte, mit denen sich keiner identifiziert. Die tiefere Bedeutung von Symptomen und Störungen.

**Tiefe Demokratie:** Die Einstellung der tiefen Demokratie nimmt alle Teile eines Feldes gleich wichtig und weiß, dass auf keinen verzichtet werden kann. Die Praxis der tiefen Demokratie sorgt dafür, dass alle Standpunkte repräsentiert und eingebracht werden, und achtet besonders auf die Minderheiten.  
**Traumkörper:** Mit dem Begriff Traumkörper beschreibt die Prozessarbeit die Gesamtheit des Feldes, insbesondere aber auch jenen Teil des Feldes, welcher sich zeigt, wenn sekundäre Erfahrungen und Signale amplifiziert werden. Einerseits wird das von uns wahrnehmbare und erforschbare ganze Feld (die Summe aller Signale) Traumkörper genannt, andererseits auch die organisierende Kraft oder Ganzheit, welche wir als Sender hinter diesen Signalen erleben.

**Weltarbeit:** Arbeitsweise, die in ihrer Praxis Elemente aus verschiedenen Wissenschaften und Disziplinen (wie Psychologie, Soziologie, Physik, Politik, Psychotherapie und Schamanismus) vereinigt. Weltarbeit geht von der Wirklichkeit so aus, wie sie ist, und arbeitet mit dem ganzen Feld.

**Weltkanal:** Zufällige Informationen aus der Umgebung, die als Hinweise gedeutet werden können für eine Anregung für einen nächsten Schritt der Bearbeitung des aktuellen Themas: Ein Schmetterling fliegt rein als Zeichen für Entspannung, das Telefon klingelt als Zeichen dafür, dass noch eine Information fehlt.

**Zeitgeist:** Eine Kraft, welche in einem Feld wirkt, und mit der Zeit zu tun hat, in welcher sich die Ereignisse abspielen.

**Zweite Aufmerksamkeit:** Wachheit für das bewusste Erfassen von Doppelsignalen, Rängen, Signalen aus dem Feld, Sekundärprozessen, Grenzen und für Geisterrollen.

