

## SEMINARE UNTER CORONA-BEDINGUNGEN

### **VORWEG**

Wir glauben, dass derzeit immer noch niemand wirklich zuverlässig die Gefahren rund um Corona und die Wirkung der Schutzmassnahmen einschätzen kann. Wir fahren hier wie in einem Nebel, der in den letzten Monaten zwar lichter geworden, aber nach unserem Gefühl immer noch dicht ist.

Als Veranstalter von Seminaren haben wir nach unserem Selbstverständnis die Pflicht, dieser Unsicherheit/diesem Risiko angemessen Rechnung zu tragen. Wir orientieren uns bei dem „Rechnung tragen“ an den Menschen, welche sich gefährdet fühlen. Wir verhalten uns da ähnlich wie bei Motorradtouren oder Bergtouren: Der Schwächste gibt das Tempo vor, es sei denn, wir schliessen ihn aus. Dazu sind wir nicht bereit, versuchen aber, der ganzen Bandbreite der Gefühle Raum zu geben.



### **UNSERE ERFAHRUNGEN**

Wir hatten bis heute 5 Seminare unter Corona-Bedingungen.

Wir möchten unsere Erfahrungen am Beispiel unseres Community-Treffens schildern, einem Fest, das wir zum 20jährigen Bestehen des Shima Instituts mit an die 100 Teilnehmer/Innen feierten.

### **IM VORFELD DES SEMINARS**

Schon im Vorfeld des Seminars, als wir unsere Corona Care Massnahmen versendet haben, zeigte sich, dass die TeilnehmerInnen sehr unterschiedlich mit dieser Situation umgingen: Einige kontaktierten uns und baten um weitere Informationen. Andere TeilnehmerInnen meldeten sich wieder ab. Die Begründung der Abmeldung war in einigen Fällen hoch emotional, teilweise sogar verletzend für uns.

Unser Formblatt, das dazu dienen sollte, die Anreise eines an Corona Erkrankten zu verhindern, wurde von allen Teilnehmer/Innen ausgefüllt und unterschrieben beim Einchecken abgegeben.

### **WÄHREND DES SEMINARS**

Wir leiteten während des Seminars zu dem Thema Corona und Schutzmassnahmen eine Übung an, woraus sich 3 Gruppen bildeten.

Es gab TeilnehmerInnen, welche nur deshalb an dem Seminar teilnahmen, weil wir ein anspruchsvolles Konzept angewandt haben, vor allem: Maskenpflicht im Hotel, ausser am

Esstisch und den Zimmern. Maskenpflicht im Seminarraum, ausser am Sitzplatz, sofern der Sicherheitsabstand gewährleistet ist. Maskenpflicht bei unseren Übungen, wenn es die jeweiligen Bedingungen erforderte. Sie dankten uns dafür.

Es gab eine Gruppe, welche diese Schutzmassnahmen zwar nicht toll fand, sich aber ziemlich entspannt damit arrangierte (jetzt ist es halt gerade so...). Der Anteil dieser Gruppe überwog bei weitem.

Und es gab eine grössere Gruppe, welche mit den Massnahmen, vor allem der Maskenpflicht, Probleme hatte und in einem – teilweise starken –Widerstand war.

Unser Eindruck war, dass die meisten TeilnehmerInnen an dem Seminar teilnahmen, OBWOHL wir diese Massnahmen anwenden, nicht WEIL. Sie nahmen sie vor allem in Kauf, weil der Kontakt mit der Community und/oder mit uns für sie wichtig war.

Indem die unterschiedlichen Haltungen in diesen 3 Gruppen sichtbar wurden (es hätten sicher weitere Differenzierungen erfolgen können, was aber nicht notwendig war für unsere Zielsetzung) wurde auch sichtbar, dass es ein erhebliches Konfliktpotential in dem Seminar gab hinsichtlich des Umgangs mit unseren Vorgaben. Dies hätte sich auf das Seminar sehr störend auswirken können, wenn wir damit nicht angemessen umgegangen wären.



#### **ANGEMESSEN UMGEHEN HAT ZUNÄCHST EINMAL BEDEUTET:**

Wir haben die Widerstände, die Themen und/oder die unterschiedlichen Sichtweisen der 3 Gruppen ernst genommen. Für uns war es wichtig, dass das, was viele bewegt hat, auch ausgedrückt wurde. Den Ärger, die Enttäuschung über die Masken und die Forderung nach Abstand, wo doch unsere Seminare vor allem durch Nähe und sich zeigen gekennzeichnet sind. Den Zweifel, wie sich dies auf die Begegnungen, die Übungen, den gesamten Umgang miteinander auswirken würde. Die Unsicherheit von TeilnehmerInnen, ob sie wirklich wirksam geschützt sind. Oder eben das Gefühl, wir hätten es natürlich lieber anders, aber es ist halt gerade so und man sollte davon kein grosses Aufhebens machen.

Und es wurden die unterschiedlichen Überzeugungen hinsichtlich Corona ganz allgemein deutlich. Einige bezweifelten stark, dass Corona so gefährlich ist, wie von einem Grossteil der Fachleute und der Politik behauptet wurde. Einige hatten die teils massiven Einschränkungen in der Gesellschaft als z.B. völlig überzogen, als blosse Willkür empfunden, als Entmündigung, als Unterdrückungsmassnahmen des Staates, als Machtmissbrauch, als Verletzung ihrer Freiheitsrechte. Was für sie verbunden war mit Gefühlen wie Ohnmacht, Respektlosigkeit oder ausgeliefert sein. Andere fühlten sich unsicher, bedroht und begrüssten die Massnahmen der Politik. Wiederum andere fühlten sich nicht wirklich bedroht, konnten aber mit den Einschränkungen durch die Politik entspannt(er) umgehen.

Mit unseren Schutzmassnahmen hatten wir viele dieser Empfindungen ausgelöst, entsprechend wurden diese Gefühle teilweise auf uns übertragen. Allein die Tatsache, dass dies ausgesprochen wurde, machte schon deutlich, dass die TeilnehmerInnen bereit waren, sich zu zeigen mit dem, was sie bewegt.

Ein weiterer Schritt war unsere Aufforderungen zu artikulieren, was die Gruppen über die TeilnehmerInnen der eigenen Gruppe und die anderen Gruppen dachten, was sie empfanden.



### **HIER WURDEN EMPFINDUNGEN DEUTLICH WIE**

- wir sind die Verantwortungsbewussten
- wir sind die Mutigen
- wir sind die Gelassenen
- wir haben den Durchblick
- wir kämpfen für unsere Überzeugungen
- wir lassen uns nicht alles gefallen
- die sind schwach
- die sind überheblich
- die sind verantwortungslos
- die glauben, die Welt dreht sich nur um sie
- die lassen sich alles gefallen
- etc.

Die Möglichkeit, dies auszudrücken und die Bereitschaft und Fähigkeit der TeilnehmerInnen dazu, machte deutlich, was Corona auslösen kann, welche Gefühle, Philosophien, Überzeugungen hier aufeinanderprallen. Hier und vor allem in den Gesellschaften auf der ganzen Welt.

Danach baten wir die Gruppen, zu versuchen, sich einmal in einer Stille, sich in die Lage der Anderen zu versetzen.

Als letzten Schritt arbeiteten wir mit der Frage, ob die TeilnehmerInnen diese Gefühle, vor allem wenn sie besonders heftig waren, bereits kannten. Und – wenn ja – seit wann und in welchen Situationen.

Es wurde deutlich, dass viele dieser Empfindungen auf Kindheitserfahrungen zurückzuführen waren. Erfahrungen mit z.B. Vater oder Mutter, an welche unser Konzept andockte, ohne dass sie sich dessen bewusst waren. Z.B. nicht ernst genommen zu werden, manipuliert zu werden, unterdrückt zu werden. Und es wurde auch schnell deutlich, dass die Situation in diesem Seminar und die Notwendigkeit, damit umzugehen, sich vielleicht darauf einzulassen und damit zu arbeiten, für viele eine Möglichkeit bot, mit diesen Verletzungen und ihren Wirkungen auf ihr Leben besser umgehen zu lernen.

Denn für viele waren diese Gefühle und die damit verbundenen Reaktionen ja nicht nur ein Thema bei Corona, sondern häufig auch (z.B.) im Zusammenhang mit Autoritäten, Arbeiten in Hierarchien oder in Beziehung. Und dies hatte ja Konsequenzen.

Wir glauben, dass unsere kurze Arbeit mit diesen Themen mit dazu beigetragen hat, dass es ganz schnell eine Entspannung in der Gruppe gegeben hat. Dass damit Druck abgebaut werden konnte, auch Verständnis entwickelt werden konnte für die teilweise sehr unterschiedlichen Empfindungen, welche Corona und der Umgang damit bei unterschiedlichen Menschen auslösen. Und es wurde deutlich, wie hilfreich es ist, nicht nur übereinander, sondern auch miteinander zu reden.

### **ANGEMESSEN MIT DER SITUATION UMGEHEN HIESS ABER AUCH:**

EINFACHE REGELN, damit es keine überflüssigen Diskussionen gibt, was gerade gilt. Hierfür haben wir in Kauf genommen, dass Regeln in bestimmten Situationen etwas übertrieben sein konnten. Es ging vor allem um die Regel Masken tragen im Haus, immer, ausser auf den Zimmern und am Esstisch.

Masken tragen auf dem Weg durch das Haus, wenn viele Teilnehmer gerade dort unterwegs sind, ist nachvollziehbar. Wenn man gerade allein durch einen Flur geht, sieht das schon anders aus. Um der Klarheit willen hatten wir uns dazu entschieden, dass die Masken immer im Haus getragen werden mussten.

Am Ende stand:

- Je länger das Seminar dauerte, umso weniger waren die Masken – wenn überhaupt – ein Thema, selbst bei Tanz. (Ein kurzer Einschub: In einer Männergruppe, die als 3. Gruppe nach Corona stattfand, war die Benutzung der Masken überhaupt kein Thema. Dies hatte sicher auch damit zu tun, dass dies als Ausdruck von Souveränität gegenüber Unannehmlichkeiten gelebt wurde).
- Viele Vorstellungen, was mit Maske geht und was nicht, hatten sich schnell aufgelöst. Und:
- Mit entscheidend für den insgesamt entspannten Umgang mit dem Thema Corona war nach unserer Erfahrung, dass wir konsequent in der Leitung waren (wenn auch nicht immer entspannt, was vor allem das erste Seminar nach Corona betraf), was die Einhaltung der Massnahmen betraf. Und dass das Seminarhaus Chlotisberg und wir uns einig waren über das Was und das Wie in Bezug auf diese Massnahmen.

### **UNSER FAZIT**

Es ist möglich und verantwortbar, Seminare wie die unsrigen unter Corona-Bedingungen durchzuführen, wenn ein schlüssiges und konsequentes Schutzkonzept zur Anwendung kommt. Und die Schutzmassnahmen standen sowohl Erfahrungen mit dem Ziel, sich zu entwickeln, als auch Lebensfreude und Lebendigkeit, nicht entgegen.

Günther Neuses, [guenther@danielekirchmair.com](mailto:guenther@danielekirchmair.com)

P.S. Unser Schutzkonzept mit seinem hohen Sicherheitsstandard orientiert sich an den aktuellen Gegebenheiten, nämlich hohen Infektionszahlen und noch fehlenden wirksamen Medikamenten und/oder Impfungen. Wenn sich dies ändert, werden wir auch den Standard anpassen bis hin zu einer Aufhebung des gesamten Konzepts.