

Wie es ist, an einer Volkshochschule Interesse für Gestaltpädagogik zu wecken

Cordula und Herbert Hofmeister, 2021

Unser Anruf bei der Kreisvolkshochschule (KVHS) – „Wir möchten einen Kurs zur Einführung in die Gestaltpädagogik anbieten“. – „Schön, aber *Gestaltpädagogik? Was ist das? Habe ich noch nie gehört. So was hatten wir bisher noch nicht in unserem Programm. Reichen Sie uns doch bitte Ihre Bewerbungsunterlagen ein – Lebenslauf, Projektbeschreibung, Zertifikate, Nennung der geplanten Kursinhalte. Dann werden wir uns bei Ihnen melden und Sie ggf. zu einem Vorstellungsgespräch einladen.*“ Ganz so formal haben wir uns das nicht vorgestellt. Gleichzeitig waren wir aber auch beeindruckt, wie gewissenhaft die Volkshochschule ihre „Dozenten“ und damit die Kursangebote auswählt.

Jetzt lag es an uns, zu erklären und zu beschreiben, was wir da eigentlich vorhatten.

Gestaltpädagogik beschreiben – eine Herausforderung! Wir zwei nahmen diese Herausforderung an – diskutierten, blättern in unseren IGPS-Kursunterlagen und orientierten uns am Buch „*Gestalttherapie*“ von *Albrecht Boeckh* und am Büchlein „*Einladung zur Gestalttherapie*“ von *Erhard Doubrava und Stefan Blankertz*. Zuletzt entstand auf knapp vier DIN-A-4-Seiten unsere „Kurze Einführung in die Gestaltpädagogik“.

Zusammen mit einer Skizze von vier 3-stündigen Kurseinheiten, unseren persönlichen Daten und einem Bewerbungsschreiben reichten wir alles bei der „KVHS Donnersbergkreis“ ein.

Bald waren wir bei der Leiterin der KVHS zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen. Da sie aber kurzfristig erkrankt war, fand das Gespräch mit ihrer Stellvertreterin statt. Diese hatte selbst schon Gestalt-Vorerfahrungen und so fanden wir bei ihr erfreulich offene Ohren. Die Termine für unseren ersten Kurs-Block – (Januar bis März 2020) und den Wiederholungskurs (April bis Juni 2020) – waren schnell festgelegt.

Jetzt fehlten nur noch zwei wichtige Komponenten: Kursteilnehmer und Programm.

Die Kursteilnehmer

Über dreißig potentiell interessierte Personen aus unserem Bekanntenkreis haben wir **persönlich** auf unser KVHS-Angebot aufmerksam gemacht – im Internet und per Flyer. Wir waren sehr gespannt – die Mindestanzahl war auf 5 Teilnehmer angesetzt. Zuletzt hatten sich elf Personen angemeldet – 10 Frauen, 1 Mann. Der Kurs, für max. 8 Personen ausgeschrieben, konnte „leicht überbelegt“ stattfinden. Wir haben uns sehr gefreut – waren gleichzeitig sehr gespannt, wie alles laufen wird.

Das Programm

Vorbereitung, Ausarbeitung und Erprobung der einzelnen Kursthemen(s.u.) machten uns viel Freude. Wir probierten vieles aus, sammelten Ideen, Materialien, wählten Musik, experimentierten mit Alternativen und erstellten mit der „Stoppuhr“ zeitgenau straffe Programmabläufe für die vier Vormittage – jeweils 9 bis 12 Uhr. Dabei war es uns wichtig, innerhalb der Themen genügend Zeit und Raum einzuplanen – zum Nachspüren und für die so wertvollen Feedback-Runden. Bei Bedarf würden wir unsere Regieanweisungen später noch entsprechend modifizieren.

Relativ unerfahren mit der Leitung von Gruppen ließen wir uns auf das Abenteuer Gruppen-Dynamik ein. Gleich zu Kursbeginn trafen wir aufgeschlossene und kreative Menschen, die sich schnell in das Gruppengeschehen einfinden konnten. Das hat uns sehr geholfen. Über die vier Kurseinheiten, die in jeweils 14-tägigen Abständen stattfanden, hielten uns alle Teilnehmer die Treue.

Sowohl von den Teilnehmerinnen als auch von Mitarbeiterinnen der KVHS erhielten wir viel positives Feedback. Das hat uns sehr gefreut. Die wichtige Arbeit haben tatsächlich die Kursteilnehmer selbst geleistet. Der Wiederholungskurs im Mai 2020 konnte dann nicht mehr stattfinden – „Corona“ war dazwischengekommen.

Unsere reichen Erfahrungen machen uns Mut, am Ball zu bleiben und weitere Kurse anzubieten.

Unser **Kursangebot an der KVHS Donnersbergkreis in Kirchheimbolanden – Januar 2020** als Ausschreibung der KVHS Donnersbergkreis im Programmheft und auf der website:

KVHS Donnersbergkreis – Programm 1. Halbjahr 2020

Kurs-Nr. 20-116003D Mehr Erfüllung im Alltag! Einführung in die Gestaltpädagogik

Referent/in: Cordula und Herbert Hofmeister

Termine: 18.01. / 01.02. / 15.02. / 29.02.2020

Beginn Sa. 18.01.2020 Zeit: 09:00 – 12:00

Ort Kircheimbolanden, Karl-Ritter-Schule, 1.OG – Raum 12

Mit dem Fokus auf eine klare und umfassende Wahrnehmung nimmt die Gestaltpädagogik nicht nur innere Haltungen, Kompetenzen und äußere Bedingungen in den Blick, sondern hebt auch scheinbare Widersprüche auf: Ordnung, Leistung, Respekt und gute Beziehungen ergänzen einander auf dem Weg zu einer authentischen Persönlichkeit. Gestaltpädagogik schult Wahrnehmung mit all unseren Sinnen: Bewegung, Tanz, Musik, behutsamer Körperkontakt. Zeichnen, Malen, Modellieren, Gestikulieren und Rollenspiele kommen zum Einsatz. Im Kurs lernen Sie die **Grundlagen der Gestaltpädagogik** praxisnah kennen. Input, Austausch, Übungen, konkrete Anwendungen und theoretische Erläuterungen wechseln einander ab.

Modul 1: Wer bin ich? – Die Teilnehmer stellen sich vor

Modul 2: Meine Sehnsucht – Kreative Gestaltung mit Farbstift, Pinsel und Ton

Modul 3: Grenzen – Wie gut kenne ich meine Grenzen? Wie gehe ich mit Grenzen um?

Modul 4: Meine Rolle im Märchen – Dornröschen eine Phantasiereise.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Malstifte, bequeme Kleidung, Wolldecke.

Praktische Umsetzung unseres Kursangebotes an der KVHS Donnersbergkreis

Mehr Erfüllung im Alltag! Einführung in die Gestaltpädagogik

Jedes Modul beginnt mit einer Blitzlichtrunde – „*Wie geht es mir, Wie bin ich da?*“ – Erläuterungen und Einführungen zu den anstehenden Themen im neuen Modul. Die Teilnehmer werden zu gegebener Zeit wiederholt aufgefordert: Während Deiner Arbeit achte auf Gedanken, Emotionen, Deine Atmung, sei im „Hier und Jetzt“! Jedes Modul wird mit einer Reflektion in der Gruppe abgeschlossen. Bei Bedarf werden Blitzlichtrunden auch nach einzelnen Arbeitsphasen angeboten.

Modul 1	Wer bin Ich? – die Teilnehmer stellen sich vor
Lernziel	Blick auf das Selbst aus ungewöhnlichen Perspektiven
Methode a	Selbstwahrnehmung im Raum
	Was empfindest Du an ausgewiesenen Orten, die auf Plakaten hier im Raum typische Lebenssituationen repräsentieren. <i>Was fühle ich hier? Ist mein Empfinden stimmig? Möchte ich was verändern?</i>
Methode b	Tierfiguren-Ausstellung.
	<i>Welches Tier spricht mich an? Schreibe eine Tierstory in Ich-Form mit Bezug zu typischen Eigenschaften „Deines Tieres“. Kann ich Neues über mich erfahren?</i>

Modul 2	Meine Sehnsucht – Kreative Gestaltung...
Lernziel	Träume, Wünsche, Visionen Gestalt annehmen lassen
Methode	Bildliche oder plastische Darstellung mit diversen Materialien
	Ausstellung sämtlicher „Kunstwerke“ Vernissage, Titelvergabe, Vorstellung, Reflektion

Modul 3	Grenzen – wie gut kenne ich meine Grenze? Wie gehe ich mit Grenzen um?
Lernziel	Grenzen wahrnehmen, verteidigen, achten, verhandeln
Methode a	„Kaiser wie viele Schritte darf ich gehen?“
	<i>„Nur bis an meine Grenze und bis ich Stopp sage!“</i> – Paar-Übung im Wechsel
Methode b	Betreten des Grundstücks verboten!
	Rollenspiel mit Grundstücksbesitzer und Eindringlingen Grundstück zuvor mit Flatterband markieren
Methode c	Künstler malen/Künstler überschreiten Grenzen
	Jeder Teilnehmer malt zunächst ein Bild zu seinem momentanen Befinden. Dann: Wie kann aus 2 oder 3 Einzelbildern ein Gesamtbild entstehen? Künstler treten wortlos in Verhandlungen: <i>Wie/wo kann/darf ich die „Grenze“ des Partners überschreiten und in sein Bild hineinmalen? Was erlaube ich bei mir? Welche Wege lassen sich über Grenzen hinweg entwickeln?</i>

Modul 4	Meine Rolle im Märchen
Lernziel	„Wunder“ zulassen
Methode a	Dornröschenreise . . .
	Vertonte Phantasiereise mit Texten von Jörg Zindel – Austausch in der-Gruppe
Methode b	Phantasiereise zu Deiner weisen Frau/Deinem weisen Mann
	Phantasiereise – anschließend malen alle ein Bild – <i>Was hat mich besonders beeindruckt?</i> – Austausch in 2er-Gruppen



Beispiel-1 zu Modul 3-c Künstler überschreiten Grenzen



Beispiel-2 zu Modul 3-c Künstler überschreiten Grenzen