



IFTL-INTERVIEW MIT CHRISTIANE SCHICKER

Christiane Schicker ist mit dem Institute for Transformational Leadership in Berlin assoziiert und Expertin für Wellbeing und Glücksforschung. Sie bietet zukünftig Masterclasses zum Thema Wellbeing, Resilienz und Transformation an. Christiane Schicker hat eine langjährige und internationale Praxiserfahrung als Beraterin, Strategin und Führungskraft in der Führung von dynamischen Transformationsprozessen in Großunternehmen. Inspiriert durch ihre enge persönliche Beziehung nach Bhutan im Himalaja, verbindet Christiane ihre persönliche Leidenschaft für Transformation mit einer Führungspraxis, in der vitale Gemeinschaft und ganzheitliches Gemeinwohl als zentrale Maximen priorisiert werden.

Was verbindest du persönlich mit Transformation?

Das Bewusstsein, dass das Leben permanent im Fluss ist. Leben und Sein ist immer im Werden, in einem Prozess: Es entsteht und es stirbt fließend. Wandel ist das dynamische, organische Phänomen, wie ein Lebewesen und Transformation ist die Formel, die DNA, die Grammatik, die Syntax, das Libretto, das den Wandlungsprozess beschreibt.

Was hat dich in deinem Leben bisher am meisten transformiert?

Immer die Begegnung mit anderen Menschen, mit anderen Kulturen und das Einlassen auf neue, dynamische Ecosysteme. Ich erlebe den Wandlungsprozess in meiner Entwicklung in 7-Jahres-Zyklen. An den Wendepunkten von einer Phase in die nächste kommt es immer zu intensiven zwischenmenschlichen, sehr emotionalen Ereignissen. Zum Beispiel die erste große Liebe, die Trennung von einem geliebten Menschen oder der Verlust eines nahestehenden Menschen durch den Tod. Im Rückblick sind die konkreten Ereignisse, die den Wendepunkt beschreiben, zwar wichtig, aber alles, was sich zwischen den Ereignissen entwickelt, neu erschließt oder langsam und unauffällig ablöst, liest sich wie mein Tagebuch der kontinuierlichen Transformation. Alle Wendepunkte haben mich immer auf tiefgreifende Transformationsreisen geführt.





Wie erfährst du seitdem typische Signale von Transformationsdynamik?

Oft erlebe ich Unsicherheit und Angst. Ich erlebe Ohnmachtsgefühle, wenn etwas im Umbruch ist. Ohnmacht und Hilflosigkeit sind mir sehr vertraut, ich habe sie für mich annehmen können und das wurde zu meiner Kraftquelle, mich auf Veränderungen einzulassen. Ich bin sehr sensibel für die Ohnmacht und Unsicherheit meiner Mitmenschen. Typische Merkmale und Verhaltensweisen in Phasen des Umbruchs sind für mich auf Lösung fixierter Aktionismus, überhöhte Erwartungen an das System, Aggressionen und Frustration. Aber auch das Gefühl, ohnmächtiges Opfer von Umbrüchen zu sein, die ich selbst nicht beeinflussen kann. Auf dem Höhepunkt der Krise wird klar, je mehr ich die Dynamik kontrollieren und beeinflussen will und je mehr ich mich als Objekt einer Veränderung von außen begreife, um so mehr entfremde ich mich von den persönlichen inneren Veränderungskompetenzen. An vielen Wendepunkten meiner Entwicklung spüre ich meine innere Verbundenheit auch mit körperlichen Symptomen, z.B. durch Gewichtsverlust, Schmerzen, Steifheit, oder auch gesteigerte Energie und positive Spannung, Elastizität und Kraft.

Was ist für dich Change und was ist für dich Transformation?

Change ist für mich, wenn es eine Macht gibt, die Veränderungen mit Intention initiiert. Transformation ist, wenn damit ein ganzheitlicher Entwicklungsprozess aller Dimensionen eines Ecosystems (Menschen, Systeme und Prozesse, Planet Erde) einhergeht.

Was ist dein Ansatz, Transformationsprozesse zu begleiten?

Ich erlebe, wie sehr sich Menschen durch Veränderungen und Umbrüche verunsichern lassen. Sie entwickeln teilweise große Widerstände, um der zuvor beschriebenen Ohnmacht zu entgehen. Mein Ansatz, andere Menschen in ihrem Wandlungsprozess zu begleiten, ist, ihnen zuzuhören und ihnen einen Schutzraum zu geben für ihre Ängste und Unsicherheiten. Ich helfe ihnen, aus diesem Schutzraum heraus ihre Wahrnehmung zu erweitern und verstehen zu lernen, dass Veränderung ein nicht zu vermeidender Bestandteil von Lebendigkeit ist. Ich unterstütze sie dabei, mit sich selbst in Verbindung zu kommen, mit Mut ihre Potenziale zu erfassen, mit denen Sie sich auf den Veränderungsprozess einlassen und ihn mitgestalten können. Bei diesem Ansatz spielt es eine entscheidende Rolle, dass ich nicht nur die IFTL Ausbildung zur Transformationsbegleiterin gemacht habe, sondern auch eine Ausbildung als „Gross National Happiness Practitioner“. Es geht dabei nicht um die Berufung zum „Chief Happiness Officer“ oder „Feel good“ Manager. In dem kleinen Himalaja-Königreich Bhutan wird ganzheitliches Wachstum nicht nach rein numerischen Kennzahlen wie dem BIP definiert. Der Glücksindex oder „Gross-National Happiness-Index“ bemisst im Vierklang aus 1. Sozial gerechtem Unternehmertum, 2. Ökologischer Nachhaltigkeit, 3. Förderung kultureller Traditionen und ethisch-spiritueller Werte in einer vitalen Gemeinschaft und 4. Guter (Regierungs-)Führung die langfristige, ganzheitliche Entwicklung des Gemeinwohls. Dieser Vierklang funktioniert wie ein Kompass zur Orientierung der eigenen Rolle, zur Selbstwirksamkeit auf der Transformationsreise. Mit der Gestaltungskraft des Glücks zu mehr Widerstandskraft für den Einzelnen und für die Gemeinschaft in einem Ecosystem.



Wo siehst du die meisten Widerstände in Transformationsprozessen?

Im Misstrauen für das Ungewisse. Aber auch in der unspezifischen, oft erdrückenden Angst vorm Scheitern, des Verlustschmerzes, obwohl die verlorene Stabilität nicht wirklich glücklich gemacht hat. Ein weiterer Widerstand ist die Angst vor Kontrollverlust. Veränderungen werden als von außen aufgezwungen erlebt und man identifiziert sich selbst als Opfer. Der einzige Ausweg, um Einfluss und Selbstwirksamkeit zu spüren, wird in der Haltung „Ich gegen die anderen“ gesehen, doch das ist wahrlich eine Sackgasse.

Welche Transformations-Skills können deiner Meinung nach erlernt werden?

Für mich ist eine wesentliche Kompetenz für eine gelungene Transformation, Schmerz, Verlust, Leiden oder Scheitern als elementaren Bestandteil von Lebendigkeit, Entwicklung und Glück zu begreifen. Es ist so wichtig, sich mit seinen Gefühlen, auch mit seinen negativen Gefühlen, auseinanderzusetzen. Es gibt eine sehr simple Übung, die wir in der Ausbildung als Gross-National-Happiness Practitioner gelernt haben. Diese Übung heißt „RAIN“. „R“ steht für „Recognize“ – seine Gefühle wahrnehmen und sie benennen können, „A“ für „Acceptance“ – akzeptieren, dass ich jetzt gerade diese Gefühle habe, „I“ für „Investigation“ – erforschen, was die Ursachen für die momentanen Gefühle sind und „N“ steht für „Non-identification“ – anzuerkennen, dass ich nicht diese Gefühle bin, sondern diese nur Sandkörner in meinem Lebensfluss sind. Generell geht es um die Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen und um Empathie, um Vertrauen und um Beziehungsfähigkeit mit allen an einem Transformationsprozess beteiligten Menschen.



In welcher Transformation befindet sich die Welt heute und was wird benötigt, dass wir diese Transformation nicht als Krise sondern als Chance erleben?

Ich bin mit vielen Menschen auf der ganzen Welt verbunden. Seit sechs Jahren habe ich mit meinem Partner eine zweite Familie im Himalaja-Gebirge. Mir stockt mitunter der Atem, wenn ich im Austausch mit Menschen auf allen Kontinenten in den letzten Monaten erfasse, dass diese Pandemie uneingeschränkt jedes Individuum auf dieser wunderbaren Erde betrifft. Wir Menschen haben die Angewohnheit, auf das Geschehen um uns herum zu schauen, als ob unser eigener kleiner vermeintlich stabiler Mikrokosmos außen vor und unsterblich sei. Aber das Leben und die Dynamik des Wandels schert sich nicht um meinen Status quo. Die Fragilität unseres gesamten Ecosystems wird so sichtbar, wie nie zuvor. Und wir begreifen mehr und mehr, dass wir alle unseren Beitrag dazu leisten, die offenen Wunden um uns herum zu verschlimmern oder zu heilen. Es ist ein Paradox: Wir müssen akzeptieren, nicht unsterblich zu sein, um Leben zu können!

Wir haben am Anfang dieses Gesprächs über den Unterschied zwischen Wandel und Transformation gesprochen: Der Wandel ist ein Lebewesen und die Menschheit trägt die Verantwortung, dass dieses Lebewesen wachsen und gedeihen kann. Wir vertrauen Experten aus der Wissenschaft, biologische, physikalische oder mathematische Zusammenhänge des Lebens zu erklären. Jetzt haben wir die Chance, unsere Weisheit um die Transformationsformel, mentale, spirituelle, tiefenpsychologische Potenziale des globalen Wandlungsprozesses zu manifestieren: Wir haben es in der Hand, unser Ur-Vertrauen zu reaktivieren – Ur-Vertrauen als Teil der Gesellschaft, Ur-Vertrauen als Unternehmer*in, Ur-Vertrauen als politische Führungskraft, Ur-Vertrauen als handelnde, verantwortungsvolle Subjekte auf diesem wunderbaren Planeten.

Welchen Beitrag möchtest du selbst leisten in unserer Welt?

Ich betrachte mich als fürsorgende, Mutspendende Begleiterin, sich auf den ungewissen Weg einer transformativen Gemeinwohlfördernden Pilgerreise einzulassen. Und ich helfe auf diesem Weg, innere Weisheit und Ur-Vertrauen als Kraftquellen für Transformation freizulegen.

Was für ein Symbol verbindest du mit Transformation?

Ein Yantra oder Mandala.

Vielen Dank, Christiane

Das Institute for Transformational Leadership Berlin (transformational-leadership.de) startet ab **März 2021** eine zertifizierte **Facilitator-Ausbildung zum/r TransformationsbegleiterIn**. Nähere Informationen über mail@transformational-leadership.de