

## „Die über den Hag schauen“

### Vorwort

Zunächst ein Hinweis zum ersten Teil des Titels „Die über den Hag schauen...“.

Zugegeben: ungewöhnlich und vielleicht auch erklärungsbedürftig. Dies möchte ich kurz erläutern und in den Zusammenhang des vorliegenden Readers stellen.

„Hag“ - dieses Wort kennen manche noch. Es klingt etwas allertümlich und kommt eher als "umhegen" oder in dem Wortpaar "hegen und pflegen" vor. Es hat etymologisch die Bedeutung von Zaun oder Verhau, Einfriedung, Wildgehege. Dazu gibt es den interessanten Zusammenhang mit dem Begriff "Hexe". Das Wort "Hexe" stammt etymologisch gesehen vom althochdeutschen "Hazissa", "Hagzussa", "Hagazussa" u.ä. und bedeutet "Zaunreiterin, Heckensitzerin, Hexe". "Hagazussa" beschreibt demnach eine Frau, die auf einer Hecke sitzt, bzw. reitet. Es handelt sich dabei aber nicht um irgendeine Hecke, sondern um jene Hecke, die die diesseitige Welt von der jenseitigen Welt trennt. Die Hexe ist demnach eine Frau (eigentlich beschränkt sich dieser Begriff nicht nur auf das weibliche Geschlecht), die zwischen diesen beiden Welten vermitteln kann - somit vorahnende, seherische, aber auch heilende Fähigkeiten und hohes Wissen besitzt.

Mit diesem Titel möchten wir also auch einen wesentlichen Aspekt des Affekt-Kontroll-Trainings (A.K.T) zum Ausdruck bringen. Es geht dabei um einen Teil einer bestimmten innere Haltung, nämlich über den „Hag“, die Hecke, schauen und dies kann auch bedeuten, dass man das „Land“ hinter dem „Hag“ sieht und, vielleicht als „Neuland“, als "jenseitige Welt", auch betreten kann (und will). Dazu braucht es allerdings Interesse, Neugier, Mut, Bewegung und auch Begeisterung – Eigenschaften, die, so meinen wir, auch gebraucht werden, wenn man mit dem Ansatz „Affektkontrolltraining (A.K.T) arbeitet.

Die mit den vorgestellten Themen verbundenen Personen waren und sind jedenfalls Menschen, die auch über den „Hag“ schauen und die man als "Vordenker/innen und Wegbereiter/innen einer körperorientierten Begleitung" ansehen kann.

Der Anlass für das vorliegende Buch ist in gewisser Weise etwas Besonderes, entstanden aus einer spontanen Idee (wie so vieles andere auch). Es ist ein Lese- und Arbeitsbuch mit einem Inhalt und Themen, die, oberflächlich betrachtet, wenig bis nichts miteinander zu tun zu haben scheinen. Doch es gibt einen „roten Faden“, eine Art „Klammer“ in der Heterogenität: genannt A.K.T.

Im Jahr 2003 fand eine berufsbegleitende Weiterbildung zum A.K.T statt in Zusammenarbeit von BAG EJSa und dem Forum für Bildung und Bewegung.

Ein Teil der Weiterbildung beinhaltete auch die Übernahme von sogenannten „Liebesdienstarbeiten“, das heißt, TeilnehmerInnen der Weiterbildung setzten sich mit bestimmten Themen auseinander, und stellen die Ergebnisse allen anderen zur Verfügung – eben ein echter „Liebesdienst“.

Während der Weiterbildung zeigte sich nun, dass diese Beiträge sehr lesenswert sind und einen Einblick geben in das Spektrum an Themen, Fragen und Inhalten, mit denen sich das A.K.T bzw. mit denen sich die TeilnehmerInnen während der Weiterbildung auseinander gesetzt haben.

Die Entscheidung unter den TeilnehmerInnen und Verantwortlichen war nun, dass die Arbeiten und Beiträge es wert sind, einem größeren Kreis von Interessenten, also öffentlich, zugänglich zu machen.

Die TeilnehmerInnen haben sich nun mit den Beiträgen in ihrer je eigenen Art und Weise befasst: angefangen von Literaturzusammenfassungen, über Buchbesprechungen (einschließlich eigener Reflexionen dazu) bis hin zur überblicksartigen Zusammenfassung eines ganzen Themenbereiches.

Ich habe nun versucht, die Beiträge sinnvoll zusammen zu stellen und zu gliedern; dabei kann es natürlich auch sein, dass der eine oder die andere Autor/Autorin vielleicht mit der "Zuordnung" zur Gliederung nicht ganz einverstanden ist. Da Kategorisierung, Zuordnung, immer auch subjektiv ist (aus konstruktivistischer Sicht könnte man es auch ganz anders machen...) hoffe ich dennoch, dass dabei entstandenen fünf Kapitel für Sie plausibel und nachvollziehbar sind.

Es ist kein Buch über den Ansatz Affektkontrolltraining als Ganzes. Der Reader enthält Beiträge sowohl über theoretische und konzeptionelle Grundlagen des Ansatzes als auch Texte, in denen Begriffe, Fragen, Hypothesen und Themen aufgegriffen werden, mit denen sich die A.K.T-Anwendenden auseinandersetzen. Sie dienen auch zur Begründung und Erklärung dessen, was und

wie wir etwas tun, warum wir es tun und welche Auswirkungen wir meinen, feststellen zu können – also auch ein Beitrag zu einer theoriegeleiteten Praxis. (Das A.K.T als Ganzes ist in dem inzwischen erschienenen Buch von G.Schröder und T.Brendel dargestellt<sup>1</sup>).

Am Anfang der fünf Hauptkapitel steht ein einleitender Beitrag, dem zwei Absichten zugrunde liegen. Er beschreibt einerseits ein „Standbein“ des A.K.T: die auf fernöstlichen Traditionen gründenden Körper- und Bewegungssystemen. Damit soll der Zusammenhang dieses Readers mit dem Affektkontrolltraining als Ganzes verdeutlicht werden.

Zum zweiten soll er auf Zusammenhänge von Körper/Bewegung und Lernen/Bildung hinweisen. Meines Erachtens kommt dieser Bereich in Bildungstheorie und -politik, als auch in der aktuellen Bildungspraxis noch immer zu kurz.

Im ersten Kapitel sind fünf grundlegende theoretische Beiträge aus den modernen Natur- und Sozialwissenschaften beschrieben, die auch zu den zentralen Pfeilern des Theoriegebäudes des A.K.T-Ansatzes gehören.

Danach geht es im Kapitel II um die Darstellung von Themen aus einigen bedeutenden Therapie- und Bewegungssystemen des westlichen Kulturkreises, mit Ausnahme des Beitrags über "Die Mudras". Auch aus diesen Bereichen fließen, mehr oder weniger, Erkenntnisse in Theorie und Praxis des A.K.T ein. Insbesondere sind zu nennen die Archetypenlehre, die analytische Tanz- und Bewegungstherapie und die Gestalttherapie.

Die beiden folgenden Kapitel III und IV haben zum einen einige spezifische Aspekte aus dem Wissensbereich der Psychologie zum Inhalt; zum anderen sind es Themen von allgemeiner gesellschaftlicher Bedeutung.

Im fünften Kapitel befinden sich schließlich drei spezielle Beiträge, die sich mit allgemein wohl wenig vertrauten, aber dennoch interessanten und bedeutsamen Fragen und Themen beschäftigen.

Als Abschlusskapitel habe ich einen Text gewählt, der meiner Meinung nach für sich spricht und daher auch keiner Kommentierung bedarf.

Zwischen den Beiträgen sind auch einige Zeichnungen dargestellt.

Der Maler der bunten großen Tierbilder ist A. Stachowski, ein ex Hooligan; das Strichtiere-Bild ist vom "Club der starken Jungs" (Schule am Weserbogen). Die dargestellten Tiere Bär, Kranich, Tiger und Schlange sind auch Grundlage des von G. Schröder entwickelten Qigong-dancing und ein wichtiger Baustein des A.K.T

Das einzelne Männchenbild stammt von der 10jährigen Malte (Schule am Weserbogen) und symbolisiert einer der ältesten und zentralsten Qigong-Übung: "Himmel und Erde verbinden".

Alle Texte wurden nur gestalterisch und redaktionell bearbeitet. Für die Inhalte der Beiträge sind allein die jeweiligen AutorInnen verantwortlich.

Am Ende des Readers sind zum einen die Autorinnen und Autoren mit Namen und Kontaktmöglichkeit aufgeführt.

Zum anderen werden in Stichworten die Inhalte der Weiterbildung "Affektkontrolltrainer/in (A.K.T) 2003" dargestellt um einen knappen Ein- und Überblick zu geben über das, was sich hinter Affektkontrolltraining (auch) verbirgt.

Zum Schluss möchte ich noch allen ganz herzlich danken, die zum Gelingen dieser Publikation beigetragen haben. Für das Mitdenken bei der Strukturierung bei Thomas Brendel, Bernhard Schieber und Christina Schüler-Wolf; ein besonderer Dank gilt meiner Kollegin Gisela Würfel in der Geschäftsstelle für die tatkräftige Unterstützung bei den redaktionellen und Layout-Arbeiten.

Den Leserinnen und Lesern wünsche ich, dass sich bei der Lektüre das Interesse ins Bewußtsein schleicht und das „Land“ jenseits der „Hecke“ an Anziehungskraft gewinnen möge.

Günter Buck  
August 2004

---

<sup>1</sup> Schröder, G.; Brendel, T. (2004): AffektKontrollTraining – Qigong Dancing. eine Synergie aus Ost und West. BOD: