



mit freilebenden Delfinen schwimmen, ein Coachingmodell

Da können wir uns viel anschauen! Die soziale Kompetenz der Delfine und ihre Kommunikationsfähigkeit sind einzigartig.

Lange Zeit dachten die Menschen, die Krone der Schöpfung zu sein. Betreffend der Entwicklung technischer Fähigkeiten mag das wohl stimmen.

Betrachten wir allerdings den Entwicklungsstand der emotionalen Intelligenz, so ist diese Einschätzung zumindest fragwürdig.

Delfine erkennen sich selbst im Spiegel. Sie haben ein Ich-Bewußtsein und sind zu umfassender Antizipation fähig, was sie in die Lage versetzt, gemeinsam vorausschauend zu planen und zu handeln. Die hohe Empathiefähigkeit und ihr individueller Name (Schallsignaturen), welche sie im sozialen Zusammenleben genau so verwenden, wie wir Menschen, sind höchst eindrucksvoll. Wie Delfine miteinander kommunizieren und kooperieren, legt den Schluss nahe, dass sie auf dieser sozialen Ebene einen höheren Entwicklungsstand erreicht haben, als wir.

Dies ist auch nicht weiter verwunderlich, da sich die Vorfahren der heutigen Delfine und Wale vor mehr als 50 Millionen Jahren als Säugetiere wieder ins Meer zurück begeben haben und seither eben genau so lange Zeit für ihre evolutionäre Weiterentwicklung hatten. Die

haben sie allerdings für einen völlig anderen Entwicklungsweg genützt als die Menschheit.

Für Nahrungssuche und Jungenaufzucht benötigen sie lediglich etwa 30% ihrer Lebenszeit, die restlichen 70% verwenden sie für Spielen, Interaktion (auch mit anderen Lebewesen) und Schlafen. Dabei zerstören sie ihre Lebenswelt überhaupt nicht. Sie leben also vollkommen nachhaltig.

Genau das müssen wir Menschen im Übergang vom Zeitalter der Konkurrenz zu jenem der Kooperation erst noch lernen, wenn wir auf diesem Planeten überleben wollen.

Gegeneinander zu kämpfen ist ein archaisches Muster, das unserer heutigen Entwicklung eigentlich nicht mehr würdig ist. Wir wären in unserem Wissen, besonders auch angeregt durch die Gehirnforschung der letzten Jahre heute schon viel weiter. Das wird beispielsweise von den beiden deutschen Neurowissenschaftlern Joachim Bauer und Gerald Hüther immer wieder unermüdlich betont.

Die Überwindung des Konkurrenzdenkens stellt eine wesentliche und notwendige Weiterentwicklung der Menschheit dar. Dass diese Entwicklung nicht unbedingt durch negative Erfahrungen wie Wirtschaftskrisen und neuerdings Klimakrisen ausgelöst werden muss, sondern viel effizienter durch Beobachtung anderer Lebewesen inspiriert werden kann, zeigt ein Blick auf die Delfine und Wale.

Im Bereich der noch sehr jungen Wissenschaftsdisziplin der Bionik und Neurobionik wird seit geraumer Zeit das ungeheure evolutionäre Potential der Tier- und Pflanzenwelt dafür genützt, neue technische Lösungen zu entwickeln. Nun ist es endlich an der Zeit, auch im psychosozialen Feld, gezielt Lösungsstrategien anderer Lebewesen dieses Planeten zu erforschen. Wir denken manchmal, was passieren würde, wenn die Aliens zu uns kämen, doch möglicherweise sind sie ja längst da und wir können jetzt schon so viel von ihnen lernen.

Wenn wir Menschen freilebenden Delfinen begegnen, passiert emotionale Öffnung. Wir fühlen uns persönlich angesprochen und nahezu niemand kann/will sich dieser Berührtheit entziehen, zumal die Begegnungen völlig freiwillig von den Delfinen initiiert werden. In der Sekunde entsteht eine emotionale Verbindung.



In diesen außergewöhnlichen, herzöffnenden Momenten lassen sich die eigenen Gefühle, Bedürfnisse und Wahrnehmungen viel klarer erkennen und formulieren.

Hier setzt das FIDT Coaching Konzept an:

Ein Psychotherapeut, eine Delfintherapeutin und eine Shiatsu und Yoga Lehrerin begleiten Menschen bei der Klärung ihrer Lebensfragen und Veränderungsanliegen.



Doris Radinger Winfrid Janisch Alexandra Kriehebauer

Dies geschieht bereits in der Vorbereitungsphase mit Coachings und Lebensfeuermessungen. Schon zu Beginn des Programms bekommen alle TeilnehmerInnen einen Recorder, mit dem sie ihre Herzratenvariabilität jederzeit messen können. Diese Messungen

werden von einem hochentwickelten Auswertungsprogramm im Sinne verschiedener Vitalitätsparameter analysiert und geben zuverlässig Auskunft darüber ob jemand im eigenen Rhythmus lebt.
www.autonomhealth.com

In den ersten Coachings, einen Monat vor der Delfinreise, wird der aktuelle psychosoziale Status und die konkreten Fragestellungen, sowie Veränderungsoptionen zusätzlich mithilfe von Befindlichkeitsskalen erhoben. Gemeinsam werden diese Daten und Erkenntnisse interpretiert und daraus die persönlichen Ziele definiert.

Während der einwöchigen Reise stehen Delfinbegegnungen, an erster Stelle. Aber auch Coaching-Gespräche, Yoga, Shiatsu, Klangschalenmassagen und Meditation gehören zum ganzheitlichen FIDT-Package. Damit werden nicht nur neue Erkenntnisse und Einsichten zur eigenen Lebensgestaltung gefunden, sondern auch nützliche Tools dafür angeboten diese zu verwirklichen.

Nach der Delfinreise folgt eine mehrmonatige Integrationsphase, die Teil des Programms ist. Das FIDT-Team begleitet die TeilnehmerInnen in dieser Zeit um die gewonnenen Erfahrungen und Perspektiven in Ihrem Leben umzusetzen.



Dieses Coachingangebot ist auch als ergänzende und unterstützende Intervention für KlientInnen zu verstehen, die sich in einer laufenden Psychotherapie befinden. Hier werden die Effekte beider Prozesse gezielt miteinander verschränkt.

Weitere Informationen sind unter www.fidt.net zu finden.

Dr. Winfrid Janisch