

# Dragon Dreaming Workshop

22./23.1.2010

„People do not plan to fail, but they fail to plan“

John Crofts Perspektive und selbst gesetzte Aufgabe:

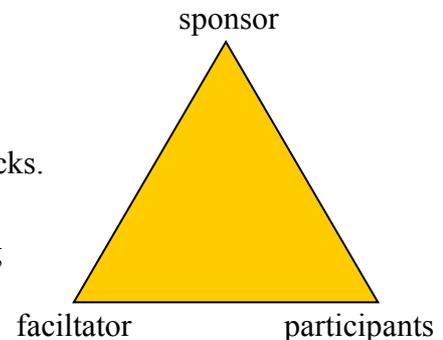
- 1) Wie können wir als Gruppe unsere kollektive Weisheit finden?
- 2) In den nächsten 10 Jahren stehen wir vor einem großen Wandel; wie können wir uns vorbereiten um mit diesen Veränderungen umzugehen?

Jedes Projekt beginnt als der Traum einer Person. Von 1000 Träumen werden jedoch nur 100 zu konkreten Plänen, denn 90 % werden erst gar nicht mit anderen geteilt; der Traum wird nicht ausgesprochen. Davon werden nur 10 in konkrete Projekte umgesetzt und von diesen lebt nur eines auch noch nach drei Jahren, denn die meisten Projekte vergessen den vierten Schritt: feiern - deswegen gibt es so viel Burn-Out.

## Start Setting

Die Gruppe entsteht/besteht aus Sponsor, Facilitator(s) und Participants. Sie bilden die Ecken eines gleichseitigen Dreiecks.

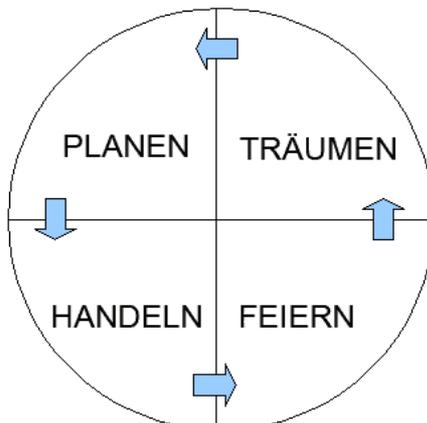
Wir schaffen eine gemeinsame Erfahrung – einen Gruppentraum. Dieser Weg unterstützt uns auch im Umgang mit dem aktuellen Zeitphänomen der Beschleunigung.



## Ursprung

Die Whadyuk Njungar (eine uralte Kultur aus West-Australien) sagen: Alles beginnt im Feuer. Wir versammeln uns rund um den cal-ab-gur (?), die Mitte, den Feuerplatz (ersatzweise mit Kerze) und Gegenständen (z.B. Feder, Wasserschüssel, Stein), welche die anderen Elemente (Luft, Wasser, Erde) repräsentieren, die wiederum mit dem menschlichen Sein korrespondieren (spirit (Feuer) -> mind (Luft) -> body (Erde) -> emotions (Wasser)).

Der Dreamcircle beginnt um dieses Zentrum, um von hier aus seine eigenen „Songlines“ zu erschaffen. Dies ist auch der Platz, an dem die Teilnehmerinnen jene Gegenstände ablegen, die ihnen später als Informationsspeicher, als Erinnerungshilfe dienen sollen. Als Mittel gegen die Vergessenskurve!



Eine wichtige Regel ist: alles dauert länger als geplant

Jeder Teil eines Projekts muss 25% ausmachen, also auch das Feiern (durchaus auch beim Budget)

Der Prozess ist ein Rad, und ein Rad hat keinen Anfang, d.h. wir können auch mit dem Feiern beginnen

## Übung:

1. Im Kreis gehen, Blick gesenkt, jedenfalls nicht ansehen (wir kapseln uns bewusst ab – so wie z.B. in der U-Bahn; fühle die Energie!)
2. Je zwei Personen finden sich und tauschen Erfolge aus und was sie daraus gelernt haben (gegenseitiges Feiern)
3. Gehen und in die Augen sehen (nimm den Unterschied wahr!)
4. Je zwei Personen erzählen sich große Misserfolge im Leben, Schmerzen, und was sie daraus gelernt haben (den Misserfolg feiern)
5. Gehen und in die Augen sehen (den Unterschied wahrnehmen)
6. je zwei Personen erzählen sich den Grund, warum sie am Seminar teilnehmen
7. Gehen und in die Augen sehen (den Unterschied wahrnehmen)
8. je zwei Personen finden sich, fühlen die Energie zwischen ihren Handflächen, ohne sich zu berühren. Augenkontakt bewahren: dann bewegt eine die Hände und die andere Person folgt der Bewegung durch Wahrnehmung der Energie; dann Wechsel; zuletzt wechselnde Führung ohne expliziten Übergang; immer Augenkontakt bewahren.

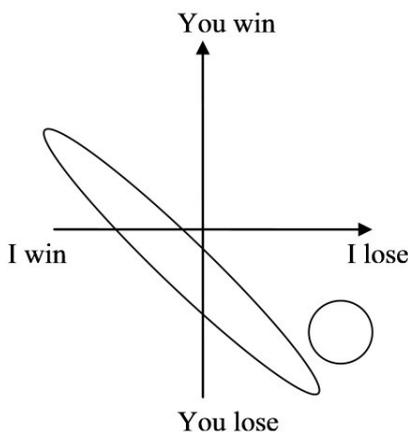
Wir erfahren in dieser Übung verschiedene Stadien des einander Wahrnehmens – vom nicht wahrnehmen wollen bis hin zur vorurteilsfreien, nicht wertenden Akzeptanz - und des miteinander verbunden Seins, den gemeinsamen Flow (dieser ist idealerweise die Basis der gemeinsamen Arbeit im Dragon Dreaming-Prozess).

Im Flow verschwimmen die Grenzen zwischen Arbeit und Spiel -> Plorking: playing/working

## Win-Win-Games:

In unserer Kultur spielen wir Win-Lose-Games (WLG). „Ich hab Recht, du Unrecht“ etc. Das ist fundamental in unserer Kultur, wir spielen es wann immer wir miteinander reden aufgrund unserer Sprache, die zwischen Subjekt (aktiv) und Objekt (passiv) trennt; das Subjekt macht mit dem Objekt dieses oder jenes. Wir spielen immer dieses Spiel: Regierung/Opposition; Gesund/Krank; Erfolg/Misserfolg; reich/arm etc. zum Beispiel in der Schule, Arbeit und kennen gar nichts anderes

Aborigines spielen niemals WLG, nur Win-Win-Games (WWG): in der Wüste wäre ein WLG tödlich für den Verlierer. WLG sind nur unter einer Bedingung möglich: Wenn der Verlierer das Spiel verlassen kann und die Chance hat wieder neu einzusteigen und auch einmal der Gewinner zu sein.



Wenn der Verlierer das Spiel nie verlassen kann und immer der Verlierer sein soll, so wird er das Spiel so spielen, dass auch der Gewinner ein Verlierer sein wird: es entsteht ein Lose-Lose-Game. (BSP: Die Weltwirtschaft, die auf Schuld aufgebaut ist; der Israel-Palästina Konflikt etc.)

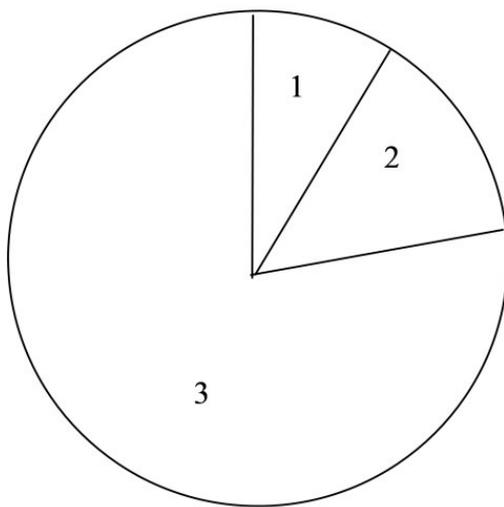
Wie spielt man ein Win-Win-Game? Nur wenn A 100% seiner Träume bekommt und B 100% seiner Träume bekommt, dann ist es ein Win-Win-Game.

Es gibt in jeder der 4 Phasen eines Projekts phantastische KönnernInnen, und die haben Probleme mit den anderen,

speziell die Trumer/innen mit den Handelnden und umgekehrt und die Planer/innen mit den Feierern und umgekehrt.

Jeder muss 100% bekommen, denn jeder, der nicht 100% bekommt verlast mit großer Wahrscheinlichkeit das Projekt und erzählt dann anderen negativ davon. (Mundpropaganda: wer unzufrieden aussteigt, erzählt im Schnitt 9 anderen Personen davon... wie viele das wohl weitertragen? Schneeballeffekt. Wer zufrieden aussteigt, erzählt es 4 weiteren Personen)

### **AHA-Effekte:**



### **Die Landkarte unseres Wissens:**

1 – Was ich weiß

2 – Was ich nicht weiß (das versuchen wir gegebenenfalls zu lernen, z.B. bei einer Panne das Auto zu reparieren)

3 – Was ich nicht weiß dass ich nicht weiß (und wie kann ich das entdecken?)

Ziel: entdecken, wie ich Sektor 3 zugunsten von 1 (ev. 2) verkleinern kann

Wenn du bei einem Puzzle ein passendes Stück findest, dann findest du zunächst einmal nicht passende, aber wenn du das passende findest dann spürst du das oft schon bevor du es auch nur ausprobierst: der AHA-Effekt

**AHA-Erlebnis:** du hast etwas gefunden von dem du nicht wusstest dass du es nicht wusstest.  
**Maximieren deine Aha-Erlebnisse!**

### **Tiefes Zuhören:**

Aborigines hören anders zu, sie bewerten nicht was der/die Andere sagt. Wir haben ständig eine Stimme im Kopf die zu allem, was die andere Person sagt, eine Meinung hat: „Kenn ich schon / ist mir neu / glaub ich nicht / ja, stimmt / so ein Unsinn /wow, genial“ etc. Um WWG spielen zu können müssen wir lernen, diese Stimme abzustellen – und keine Angst vor der Stille zu haben, sondern die Stille zu nutzen. Und nachdem der/die Andere geendet hat, atmen wir einfach einmal tief durch und lassen das, was sie gesagt hat, wirken, ohne gleich darauf zu antworten. Nur so können wir die Info wirklich aufnehmen.

**Vorstellungsrunde:** Name, welche Karte habe ich, warum nehme ich teil? (Was wird dir morgen möglich machen zu sagen: „Toll, dass ich da war?“) Tiefes Zuhören! (Zu den Karten: siehe auch Kapitel Dragon Dreaming)

## **Dreamcircle**

**Um unsere Träume wahr werden zu lassen, braucht es alles von uns von allen von uns.**

*Jeder von uns hat einzigartige Fähigkeiten und wir brauchen einen Ort an dem wir das teilen können. Dabei tragen wir alle Wunden aus der Vergangenheit: bei Dragon Dreaming geht es darum diese Wunden zu entdecken und sie als Geschenk anzunehmen. Wir wollen diese Wunden heilen, denn wenn wir sie in uns heilen, dann können wir sie auch mit und in anderen heilen – und daraus erwächst unsere individuell einzigartige Weise die Welt zu sehen.*

Der/die ursprüngliche Träumer/in lädt Menschen ein, mit denen er/sie seine Vision teilen möchte und von denen er/sie glaubt, dass sie vielleicht daran mitwirken möchten, sie zu verwirklichen. (Für eine neue Gruppe sind etwa 5 Personen empfehlenswert)

Er/Sie lädt sie ein, sich mit ihm/ihr in einem Kreis zu versammeln. Benütze einen Stab, eine Kugel etc.: Nur die Person, die die Kugel oder den Stab etc. hat ist an der Reihe und redet, die anderen praktizieren tiefes Zuhören. Stichwortartig werden die Träume und Visionen (jeweils mit dem Namen der träumenden Person) aufgeschrieben.

1. Teile deinen Traum mit Ihnen, erkläre deine Vision
2. Dein Traum muss sterben, damit er als Traum der Gruppe wieder geboren werden kann. „Was müsstest Du diesem Traum hinzufügen, damit es auch zu 100% dein Traum ist?“ (Mein Traum muss gleichwertig sein dem Traum des/der anderen, dann ist er größer als mein eigener Traum. Unsere Träume sind auf Arten und Weisen miteinander verbunden, wie wir gar nicht wissen können). **Gemeinsamer Traum:** you need all of us = uns alle & alles, was wir zu bieten haben.
3. Tiefes Zuhören – erfasse die Essenz dessen, was die anderen sagen. Jeder gibt Zutaten ins Feuer. Neue Vorschläge werden dabei hinzugefügt, aber keine Punkte der Vorredner herausgenommen. Die Gruppe träumt nun gemeinsam den Traum weiter, gibt sich der Fantasie hin, wirft Geistesblitze und -funken in die Runde. Sitzen die richtigen Menschen zusammen, wird schnell ein Inspirationsfluss angezapft, der das Projekt zu neuen Ufern trägt.
4. Ist der Ideenstrom zur Ruhe gekommen fragt der einladende Träumer alle anderen TräumerInnen: „Ist das jetzt zu 100% dein Traum?“ Mit allen, die dies bejahen können, hat sich die Gruppe gefunden. Das „Traummanifest“ der Gruppe ist entstanden.

Erfahrungsgemäß muss ein Dreamcircle mehrere Runden durchlaufen (ca. 2-4 Mal), denn die Träume der anderen stoßen wieder Neues in jeder/m einzelnen an, sodass noch weitere Träume hinzukommen. Wer gerade nichts Neues beitragen kann sagt einfach „weiter“, kann aber bei der nächsten Runde natürlich wieder was beitragen. Das Ende ist dann erreicht, wenn alle „weiter“ sagen und damit signalisieren, dass alle zu 100% zufrieden sind. Jeder kollektive Traum existiert nach Abschluss eines Traumzirkels in einer anderen Dimension weiter.

### **2 Ereignisse, die meistens eintreten:**

1. Eine Verschiebung der Sprache weg von dem was das Projekt sein sollte hin zu „wir können, wir werden“ – dann wirkt die Magie des Traumkreises
2. Wenn ihr ans Ende des Dreamcircles gelangt, bekommt ihr ein Gefühl, dass sich etwas ereignet hat und dass der Traum bereits existiert, nur in einer anderen Dimension, und wir müssen ihn in diese Dimension ziehen

## 2 Dinge, die schief laufen können

1. Das Träumen verliert den Fokus: Der Traum wird größer und größer und größer und er wird ein Traum für mehrere Menschenleben. Der Traum wird sich nicht in diesem Leben verwirklichen können = multilifedream. Wichtig ist der Fokus auf die Zeitspanne, in der der Traum verwirklicht werden soll und das Commitment etwas zu tun.
2. Die Person, die dir am meisten helfen wird im Projekt, ist der größte Gegner deines Projekts. Finde heraus, wer das ist (aktive Gegner). Es ist die Arbeit mit dem Drachen.

### Dragon Dreaming:

Der Drache repräsentiert deine Furcht UND deine Kraft. Auf der Seite der Furcht spricht er durch den internalisierten Verlierer, unserem verinnerlichten pessimistischen Opfer-Schmerz-Leidensprogramm. Dort, wo deine Angst am größten ist, ist auch deine Macht am größten. Dragon Dreaming dreht sich um das Erwecken deiner Macht (siehe Karrabyrrdt!)

Das schlimmste Vorurteil ist das gegen dich selbst: „Ich bin ein Verlierer!“ Du fühlst den Schmerz des Verlierers. Erkenne deine Wunde! Wenn es dir gelingt, sie bei dir selbst zu heilen, dann macht dich das zum Heiler dieser Art von Wunden auch bei anderen, es ist eine Gabe.

Wir haben alle ein Modell der Welt ins uns und leben in diesem Modell der Welt. Und innerhalb dieses Modells der Welt haben wir auch ein Modell von uns selbst. Dein Bild von dir selbst ist ein Modell deiner Welt. Es ist nicht dein Selbst, sondern dein Ego, von dir selbst geschaffen, ein Ego, das in seiner Umwelt genau das wieder findet, was seine Weltsicht bestätigt. Aber: ICH bin nicht dieses Modell. ICH bin der, der dieses Modell geschaffen hat. ICH habe die Macht, dieses Modell zu erschaffen, ich habe auch die Macht, dieses Modell zu löschen und ein neues zu erschaffen. Ich habe die Macht, mein Vorurteil abzubauen. Dabei entdeckst du die Kraft, die im Drachen steckt.

**Was ist die Quelle deiner Furcht? Tanze mit ihr. Courage = ‚Mut‘, ‚Tapferkeit‘ oder ‚Beherztheit‘, ist nur dort von Sinn, wo sich Gefahr abzeichnet, Furcht aufkeimt. Halte nach dem Schatten Ausschau.**

Übung: Gehe eine Runde und betrachte die Karten. Welcher Begriff erzeugt Wohlgefühl und welcher Anspannung, Verspannung...? Wo sind deine Schatten? **Lass deinen Schatten Schatten sein!**

#### Die Karten

Courage	Challenge	Vision	Purpose
Diversity	Enjoyment	Determination	Decision Making
Loyalty	Leadership	Respect	Celebration
Communication	Commitment	Trust	Unity
Honesty	Discipline	Forgiveness	Encouragement
Skills	Belonging	Focus	

### Dragon Dreaming Prinzipien:

#### 1. Jedes Projekt soll dem persönlichen Wachstum dienen.

Der Prozess selbst ist Teil des Ziels, denn während jedes Spiels lernen wir unsere Schöpferkraft neu kennen, entdecken neue Seiten an uns und wachsen als Person.

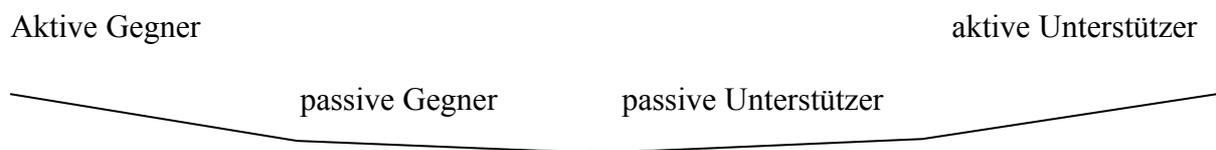
## 2. Jedes Projekt soll Gemeinschaft fördern und auch dem Wachstum als Gruppe dienen

Die Ausrichtung des Projekts soll generell eine einbeziehende, Gemeinschaft fördernde sein. Auch die Gruppe selbst wächst während des Prozesses. Wir lernen, wie alle ihren Platz im Ganzen finden, sich Gegensätze ergänzen und die Gruppe weit mehr als die Summe ihrer Teile ist.

## 3. Jedes Projekt soll dem Wohl der Welt dienen und Vielfalt, Kreativität und

**Lebendigkeit fördern.** Wir stellen unser Projekt in den Dienst des Ganzen und erkennen, dass es erst dadurch wirklich Sinn und Bedeutung hat. Wir müssen soviel zurück geben wie wir entnehmen, nur dann kann es ein nachhaltiges Projekt sein. **If it doesn't, don't do it!**

### In jedem Projekt gibt es 4 Gruppen von Personen:



- Aktive Unterstützer sind jene Personen, die mit mir an einem gemeinsamen Projekt arbeiten.
- Passive Unterstützer finden das Projekt gut, bleiben aber passiv. Gegebenenfalls geben sie dir eine Unterstützungserklärung, wenn du sie darum bittest.
- Passive Gegner finden dein Projekt falsch, es ist ihnen aber nicht so wichtig, dass sie irgendetwas dagegen unternehmen werden.
- Aktive Gegner werden alles Mögliche unternehmen, um das Projekt zu verhindern

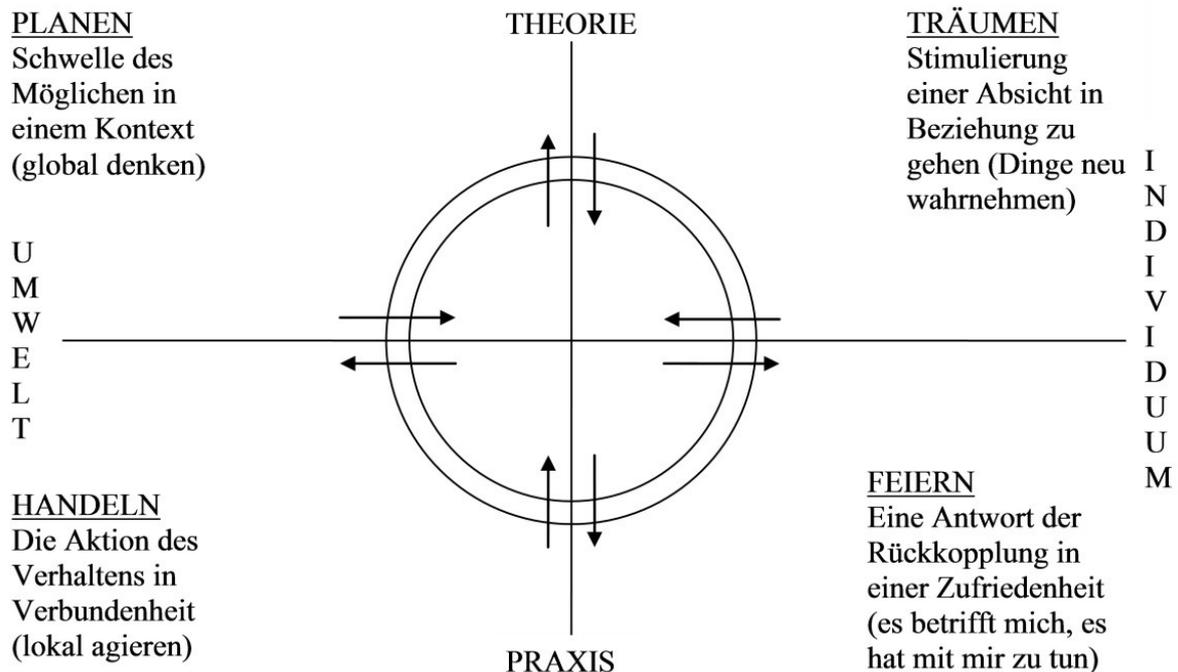
**Die aktiven Gegner sind die, die meinem Projekt am meisten helfen werden, mehr als jede andere Person.** Meine Aufgabe ist, zu diesen Personen hinzugehen und aufrichtig zu fragen: „Ich weiß, dass du mein Projekt dumm findest, und falsch, und dass du nicht willst, dass es stattfindet. Ich möchte unbedingt deine Gründe dafür erfahren!“

Mit den Antworten, die ich erhalte, gehe ich zurück zu der Gruppe der aktiven Unterstützer und wir haben die Aufgabe, zu jedem einzelnen Punkt eine Antwort zu finden. Damit gehe ich wieder zu den Gegnern und sage ihnen, dass wir uns ehrlich bemüht haben, und zu jedem ihrer Punkte Antworten gefunden haben. Dann werden sie sagen „Ja, aber...“ und werden weitere Punkte nennen.

Das Spiel geht so weiter, bis auch der größte Gegner sagen wird „Hmmm..., ich glaube das könnte klappen!“ Das wäre der beste Moment um dieser Person zu sagen: „Du weißt gar nicht, wie viel du schon zu unserem Projekt beigetragen hast. Möchtest du nicht mitmachen? Das wäre großartig!“ Und oft stimmen diese Personen dann auch zu.

Wir finden unsere eigenen Schatten im größten Gegner und müssen ihn ins Projekt integrieren. Aktive Gegner sind oft leichter zu integrieren und zu aktiven Unterstützern zu machen als passive Gegner, weil sie ja bereits aktiv sind.

## Der Projektkreislauf



### Der Prozess

Der Prozess entsteht aus einem Flow zwischen Individuum & Umwelt und zwischen Theorie & Praxis. Er beginnt mit einem Stimulus; doch meist wird dieser Stimulus von den Menschen ignoriert, darum muss er eine Schwelle überschreiten. Erst da wird aus der Intention eine Möglichkeit. Aktion ist eine Veränderung im Verhalten und Kommunikation die Feedback-Schleife. Dabei ist jeder Quadrant ein Fraktal, d.h. in jedem Quadranten kommen wieder die vier Prinzipien Träumen, Planen, Handeln und Feiern vor.

### Woran merke ich, dass die Absicht meines Projekts die richtige ist? Daran, dass Beziehungen wachsen:

1. zwischen dem Individuum (mir) und der Umwelt (den anderen)
2. zwischen dem Individuum und der Absicht
3. zwischen mir und mir selbst

### Feiern

Feiern bedeutet v.a. eine Wertschätzung dessen, was wir geleistet haben, wie wir daran gewachsen sind, was jede einzelne Person dazu beigetragen hat: „X, weißt du, wie sehr ich deinen Beitrag zum Projekt schätze?“ Du als Individuum wirst wertgeschätzt! Schätze dich selbst wert! Wir sind es kaum gewohnt, wertgeschätzt zu werden, aber sehr daran gewöhnt, kritisiert zu werden. Diese Kritik hat z.T. tiefe Wunden hinterlassen, die wir auch in uns heilen müssen.

Feiern ist auch der Quadrant, in dem es Output gibt (siehe Pfeile in voriger Abbildung). Im ersten Quadranten kommt ganz viel von einer einzelnen Person, die den Traum startet. Im zweiten und dritten Quadranten kommt mehr und mehr von der Umwelt, es gibt Input und Output. Im vierten Quadranten gibt es nur Output.

Ohne Feiern steckt man mehr in ein Projekt hinein als man heraus bekommt. Auf längere Sicht – also wenn man aus dem dritten Quadranten gleich wieder in den ersten Quadranten eines neuen Projekts springt, und das wiederholte Male – führt das zu Burn Out.

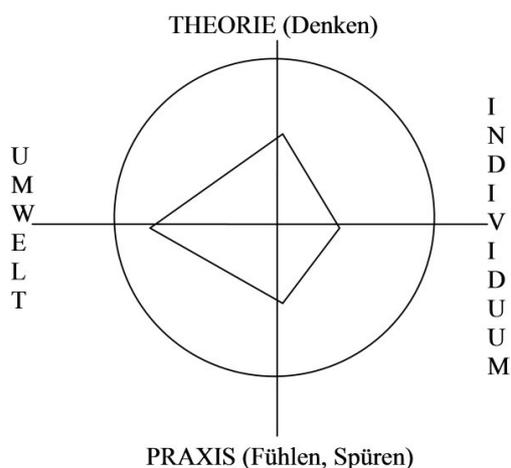
Die beste Vorbeugung gegen Burn-out: dem Feiern seinen angemessenen Platz einräumen (also ca. 25 % des Projekts). Auch Misserfolge feiern, d.h. würdigen!

## Persönliches Wachstum

### Die Komfortzone:

Jeder Mensch hat seine „Komfortzone“, er ist in einem bestimmten Maße extrovertiert (zur Umwelt hin orientiert), introvertiert (in sich gekehrt, Individuum), ein denkendes und ein fühlendes Wesen. Alles was über den persönlichen Komfortbereich hinausgeht, fühlt sich unangenehm, befremdlich an, wird als übertrieben empfunden, z.B. empfinde ich einen noch extrovertierteren Menschen als überdreht, einen noch introvertierteren Menschen als übertrieben schweigsam usw. Auch wenn wir in jedem der vier Quadranten Fähigkeiten haben, so haben wir doch besondere Talente beim Träumen, Planen, Handeln oder Feiern.

Finde deine persönliche Komfortzone heraus, indem du die beiden Achsen Individuum-Umwelt sowie Theorie und Praxis auf dem Boden auflegst, dich entlang dieser Skalen von der Mitte weg bewegst und in dich hinein spürst, bis zu welchem Punkt du dich wohl fühlst. Schätze nun deine Werte auf einer Skala von 0 (Mitte des Kreises) bis 10 (äußerster Punkt, auf der Kreislinie). Das ergibt ein Viereck wie z.B. jenes unten.



### Wie erweitern wir nun unsere persönliche

**Komfortzone?** Indem wir Projekte gestalten, die in unserem schwächsten Quadranten liegen, hier ist die Möglichkeit des persönlichen Wachstums am größten, hier finden wir die meisten AHA-Erlebnisse, wir lernen Dinge, von denen wir nicht einmal wussten dass wir sie nicht wussten. Und jedes Projekt soll ja dem persönlichen Wachstum dienen.

Das Feiern der Errungenschaften ist auch deswegen besonders wichtig.

## Wie erfahren wir, was innerhalb des Projekts abläuft?

Ein Fraktal ist ein Bild, dessen Bruchstücke wieder das gesamte Bild enthalten. Ein Projektkreislauf ist wie ein Fraktal, d.h. in jedem Quadranten findest du wieder alle vier Quadranten.

### 1. Quadrant: TRÄUMEN

Stimulus: Achtsamkeit, Aufmerksamkeit, Bewusstsein, Gewahrksam

Schwelle: Motivation

Aktivität: Sammeln von Informationen

Feedback-Schleife: Informationen verändern die Achtsamkeit/Aufmerksamkeit

## 2. Quadrant: PLANEN

Durch das Sammeln von Informationen nähere ich mich der Membran zwischen dem Individuum und der Umwelt.

Stimulus: Alternativen abwägen

Schwelle: Strategie entwerfen

Aktivität: Testen und Probieren, Start eines Versuchsprojekts

Feedback-Schleife: Ergebnisse des Tests beeinflussen die Abwägung von Alternativen

## 3. Quadrant: HANDELN

Durch das Abwägen nähere ich mich der Membran zwischen Theorie und Praxis.

Stimulus: Umsetzung des Plans

Schwelle: Management & Administration der Strategie

Aktivität: Überwachung des Fortschritts

Feedback-Schleife: Fortschritt beeinflusst die Umsetzung

## 4. Quadrant: TRÄUMEN

Stimulus: Erwerb neuer Fähigkeiten

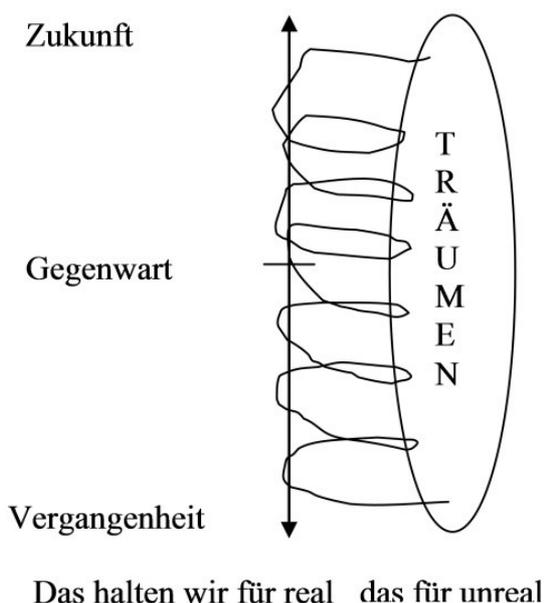
Schwelle: transformative, die Beteiligten Individuen verändernde Ergebnisse

Aktivität: erkennende Weisheit

Feedback-Schleife: nächstes Mal werde ich diese Fähigkeiten sogar noch besser einsetzen

**Denken verbindet die Quadranten 1 und 2. Praxis verbindet 3 und 4. Und Weisheit verbindet wieder zurück zur Achtsamkeit im 1. Quadranten.**

## **Zeitkonzept: linear vs. Flow**



**Europäer** denken, dass die Zeit linear verläuft, von der Vergangenheit in den gegenwärtigen Moment und in die Zukunft. Was wir träumen halten wir für unreal.

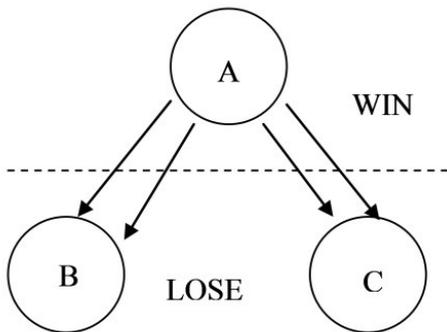
**Aborigines** denken genau umgekehrt: Träumen ist objektiv, lineare Zeit ist subjektiv und von uns selbst erschaffen.

**Einstein:** alle Zeit ist gegenwärtig, sie ist eine weitere Dimension des Raumes.

Aborigines sagen, dass wir die lineare Zeit selbst erschaffen, indem wir sie in unserer allerersten Erinnerung verankern. Vor dieser ersten Erinnerung haben wir geträumt. In dieser ersten Erinnerung existiert bereits die Aufspaltung der Wahrnehmung in das „Selbst“ und „das Andere“, davor war die Welt ein Ganzes.

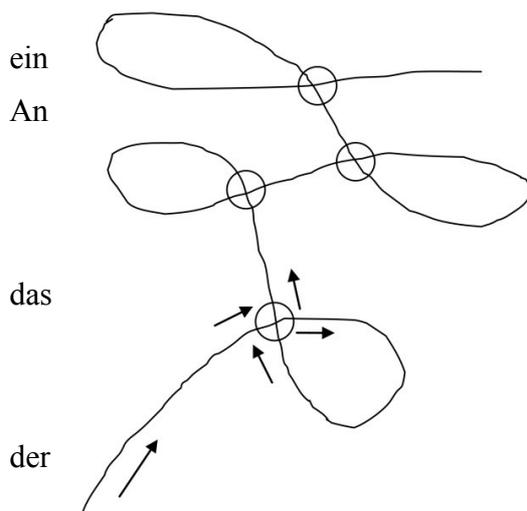
In Träumen gibt es keine Unterscheidung zwischen dem Selbst und dem Anderen, was auch immer wir träumen ist Teil von uns selbst. In Träumen kann ich auch durch die Zeit reisen, es existiert kein linearer Zeitfluss. So pendeln wir also vom Träumen zum Planen und Tun (linear) und wieder zurück zum Träumen und so weiter. Wenn wir sterben, dann gehen wir ein letztes Mal zurück zum Träumen. (Aborigines sagen, dass das Träumen im 5. Monat der Schwangerschaft beginnt, wenn die Mutter erste Bewegungen des Säuglings wahrnehmen kann.) Das ist unser Prozess des Lebens: zwischen zwei Mysterien zu vermitteln.

Europäer glauben, dass z.B. ein Kugelschreiber ein reales Ding ist. Sobald wir aber in diese „Ding-basierte“ Sichtweise der Welt eintreten spielen wir schon Win-Lose Games, weil wir in Kategorien der Macht zu denken beginnen.



Subjekt A kann die Objekte B und C beeinflussen, B und C haben aber keinen Einfluss auf A.

Aborigines sagen, dass das nicht wahr ist, denn was wirklich ist, ist der Fluss. Was wir sehen sind temporäre Knoten in einem Prozess des Fließens; hier kommen Entropie, Information, Energie und Material zusammen. Wichtig in diesem Prozess sind Feedback-schleifen (feiern) und eine ökologische Weltsicht



Der Kugelschreiber ist genauso ein temporärer Knoten in einem Prozess des Fließens wie auch ich temporärer Knoten bin.

jedem Knoten gibt es Inputs und Outputs, die Ähnlichkeit mit der Grafik des Projektkreislaufs ist kein Zufall (auch unser Seminar ist ein temporärer Knoten). Das wichtigste an einem Prozess des Fließens ist das Feedback: Der Kugelschreiber ist Resultat eines Feedbacks, die Transformation von Energie, Materie, Information und Entropie.

Einer der Gründe, warum unsere Zivilisationen verfallen ist, dass sie auf einem falschen Konzept Macht aufgebaut sind, auf einer Hierarchie (A hat Macht über B).

### **Karrabyrrdt (Spinnennetz)**

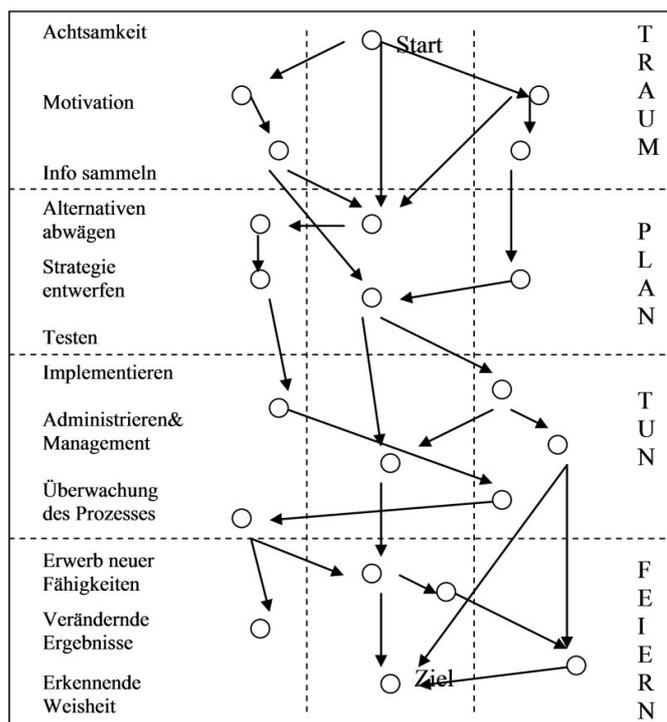
_____	1
_____	3
_____	3
_____	2
_____	1
_____	2
_____	3
_____	1
_____	3
_____	4
_____	2

Das Netz, das sich aus dem Prozess des Fließens ergibt nennen die Aborigines „Karrabyrrdt“ (das bedeutet Spinnennetz).

1. Die Gruppe sammelt Informationen über die einzelnen Schritte, die zur Realisierung des Projekts nötig sind, indem die Gruppenmitglieder in einem Brainstorming Punkte benennen, die ihnen notwendig erscheinen, um alle diese Träume (Ziele) zu erreichen.
2. Wichtig ist, dass die Gruppe dabei einen zeitlichen Rahmen vor Augen hat oder dass der/die Träumer/in diesen vorgibt, damit das zeitliche Ziel konkret bleibt.

Dadurch wird auch leichter klar, welche Punkte mit dem Ziel harmonieren und welche evtl. einen anderen zeitlichen Rahmen brauchen.

3. Eine Person hält diese Punkte schriftlich fest, am einfachsten zunächst auf einer Liste. Werden Punkte wiederholt, die bereits genannt wurden, so wird eine Pause gemacht (es ist wahrscheinlich, dass wir bereits am Ende dieses Schrittes angelangt sind).
4. Nun fragt die Person, die die Liste aufgeschrieben hat, bei jedem einzelnen Punkt „Ist das eine Aufgabe des Träumens, des Planens, des Handelns oder des Feierns?“ Nun teilen die Gruppenmitglieder diese Punkte den einzelnen Phasen zu (also Träumen, Planen, Handeln, Feiern).
5. Wenn es Punkte gibt, bei denen unklar ist, zu welcher Phase sie genau gehören, weil hier von verschiedenen Gruppenmitgliedern verschiedene Phasen genannt werden, so ist es wichtig, diese mehrdeutigen Punkte in zwei oder mehrere Punkte aufzusplitten und dann die nun 2-3 Punkte den in Frage kommenden Phasen zuzuweisen.
6. Was auf der Stelle offenkundig wird, sind die Stärken der Gruppe (die liegen dort, wo die meisten Punkte genannt werden) und wo es möglicherweise zu Blockaden kommen wird (dort, wo sehr wenige Punkte genannt wurden).
7. Nun werden die Punkte (=Knoten) auf den Spielplan, das Karrabyrdrdt übertragen, wobei John empfiehlt, die Knoten in drei grobe Spalten zu unterteilen: Vernetzung, Geld und PR. Also neben der Einteilung in die 4 Phasen auch ein wenig auf die Anordnung der Punkte in Spalten achten!



8. Der Spielplan ordnet die einzelnen Schritte des Projekts auf einer Reise vom Start bis zur Abschlussfeier an. Während dieses Prozesses werden automatisch alle Fragen geklärt, die mit der Realisierung zusammenhängen:

a) Welche Schritte sind insgesamt notwendig für die Realisierung?

b) In welcher Reihenfolge? (Nummeriere die Punkte vom Start bis zum Ziel von links nach rechts und oben nach unten).

c) Welche Querverbindungen gibt es zwischen verschiedenen Bereichen, wie hängen sie zusammen? (verbinde Punkte, die miteinander

zusammenhängen mit einer Linie, die klar zeigt, ob es einen Output gibt oder ein Input erfolgt)

9. Dadurch, dass alle Punkte miteinander verbunden werden, wird auch sofort klar, dass ein Zwischenschritt fehlt, wenn es zwischen zwei Punkten keine logische Verbindung gibt. Jeder Punkt muss mindestens eine Linie als Zufluss haben und eine Linie als Output. Bleibt ein Punkt alleine dann haben wir entweder Zusammenhänge noch nicht entdeckt oder es fehlt noch ein Zwischenschritt und ein neuer Punkt muss in den Spielplan eingefügt werden.

10. Den einzelnen Punkten werden nun die Personen zugeordnet, die sich um sie kümmern. Auch hier hat Dragon Dreaming einen wunderbaren Kniff: Zunächst mal bekommt natürlich diejenige Person die Verantwortung für eine Aufgabe, die am meisten Lust auf sie hat - sie ist der/die TeamleiterIn. Für diese Person wird eine bestimmte Farbe verwendet, z.B. Grün.
11. Als zweites kann diejenige Person mitwirken, die zwar Interesse, aber auch die größte Angst oder Unsicherheit mit diesem Punkt hat. Stelle dir die Frage: „Wo käme garantiert das größte anzunehmende Chaos heraus, wenn ich die alleinige Verantwortung dafür tragen müsste?“ Diese Person kann nun „Lehrling“ sein und aktiv mitarbeiten, so dass sie ganz spielerisch lernen kann, wie die verantwortliche Person mit der Aufgabe umgeht. Ihr Name wird mit einer anderen Farbe zu diesem Punkt hinzugefügt, z.B. Rot. Diese Verteilung geht davon aus, dass wir dort am meisten lernen, wo unsere größte Angst ist (=Dragon Dreaming). Die ängstliche Person kann durch ihr Mitwirken Ängste abbauen und neue Fähigkeiten erwerben. Mit jedem Dragon-Dreaming-Prozess wachsen dadurch alle Gruppenmitglieder, stellen sich neuen Erfahrungen und erweitern ihren Horizont. Beim nächsten Projekt übernehmen einige dann vielleicht schon die Verantwortung für einen Punkt, vor dem sie beim letzten Spiel noch Angst hatten - um sich selbst neu zu erfahren und noch weiter zu wachsen.
12. Als dritte Person können einem Punkt Personen zugeteilt werden, die zwar die nötigen Fähigkeiten besitzen, aber keine Lust haben, den Punkt aktiv zu übernehmen - sie sind „Berater“, die Wissen bereitstellen und auf die im Notfall zurückgegriffen werden kann. Für sie wird wieder eine eigene Farbe verwendet. Natürlich können alle Positionen auch von mehreren Personen besetzt sein.

**Betrachte die Punkte nicht als Dinge, der Flow zwischen den Punkten ist wichtig!**

## **Budget und Zeit**

1. Bildet 3 Gruppen, jede Gruppe nimmt sich einer Spalte des Karrabyrdt an und schätzt für jeden Knoten in dieser Spalte die erforderliche Zeit und die finanziellen Mittel.
2. Wenn ein einzelnes Gruppenmitglied die „grüne“ Person dieses Knotens ist, dann entscheidet er/sie die Kosten und die Zeit, ansonsten entscheidet die Gruppe (das gilt auch, wenn mehrere Gruppenmitglieder die „grünen“ Personen eines Knotens sind)
3. Nicht lange denken, macht es aus dem Bauch heraus, in einem Zwinkern. Nehmt euch nicht mehr als 30 Sekunden Zeit für einen Knoten.
4. Wenn es Uneinigkeit gibt, dann muss die Person, die die meiste Zeit bzw. den höchsten Betrag geschätzt hat seine/ihre Schätzung begründen und die Gruppe entscheidet aus dem Handgelenk, ob die Gründe plausibel sind. Wenn ja, dann wird die Schätzung angenommen, wenn nein, dann wird die nächst niedrigere Schätzung genommen.
5. Dann kommen die Gruppen wieder zusammen und listen bei allen Punkten Zeit und Budget auf. Die finanziellen Mittel werden summiert und ergeben eine erste rasche Schätzung der benötigten Finanzierung. Überlegt euch gute Argumente für die wichtigsten Kostenpunkte fürs Fundraising.
6. „Wer glaubt so sehr an das Projekt, dass er/sie es auf jeden Fall macht und auch in´s finanzielle Risiko geht“ Die, die bereit sind, mögliche Verluste abzudecken, wenn nicht genügend Mittel aufgetrieben werden sollten, sind auch die, die über die Ausgaben entscheiden. Die anderen sind natürlich in den Beratungsprozess eingebunden aber entscheiden nicht.

7. Dann wird der kritische Projektpfad ermittelt, indem analysiert wird, welche Knoten wie miteinander zusammenhängen und wie viel Zeit das in Summe braucht. Betrachtet die Aufgaben, die die meiste Zeit benötigen und überlegt, ob eine höhere Finanzierung oder ein größeres Team diese helfen können, diese Aufgabe rascher zu bewältigen. Dann wird vielleicht ein anderer Pfad der kritische Pfad usw.

- Wenn du nachhaltige Projekte entwickeln möchtest, vergiss nicht auf deine Selbsterhaltung! (Wir können nicht alles unbezahlt machen)
- Die Test-Phase am Ende des Planungsabschnitts ist der Punkt, an dem wir erkennen können, ob die aufgebrachten Mittel ausreichend sind. Wenn nicht, dann müssen wir das Projekt evtl. neu gestalten.
- Wird mehr Geld aufgebracht als benötigt, so entscheidet die Gruppe, welches Projekt die Überschüsse bekommen soll. Das Geld wird jedenfalls nicht unter den Gruppenmitgliedern aufgeteilt. Es ist eine Weitergabe im Sinne einer Ökonomie des Gebens.

Der Spielplan ist fertig, wenn alle Punkte einer Themenreihe sinnvoll miteinander verbunden sind, ohne dass größere Sprünge notwendig werden und alle Informationen eingetragen sind. So wird ein spielerischer Überblick möglich, der Protokolle weitgehend überflüssig macht. Es ist sofort ersichtlich, wie das Projekt vorankommt, was bisher geschehen ist und was als nächstes ansteht, wer eine Aufgabe erledigt, und wie viel Zeit und Geld dafür benötigt wird. Auch hat der Spielplan den Vorteil, dass stets das ganze Projekt im Blickfeld ist.

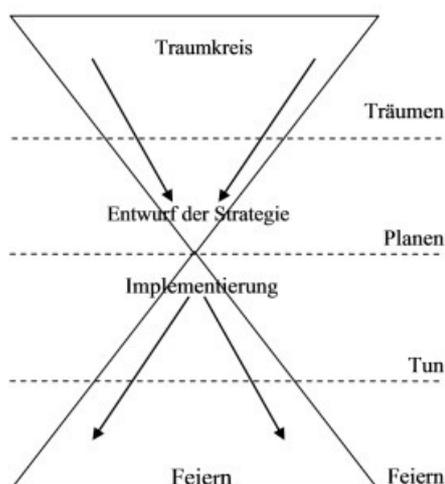
## Symptome bei Blockaden

Schau dir die Symptome an und denk an irgendein Projekt, das du gemacht hast. Gehe durch das Rad (es ist egal wo du beginnst) und vergib Punkte oder Sterne o.ä. von 0 (0% Energie) bis 10 (100% Energie). So erkennst du, wo deine Stärken und Schwächen liegen.

Du kannst auch vorab mit allen Personen, die du für ein Projekt gewinnen möchtest, diesen Prozess durchlaufen, wobei dann alle ihre Punkte bzw. Sterne zusammenlegen. So entdecken wir frühzeitig, wo wir besonders stark sind und wo wir vielleicht noch Schwachstellen haben und Verstärkung brauchen. Eine Liste von Blockaden und möglichen Umgängen ist auf der Website <http://dragondreamingtraining.blogspot.com/> zu finden

## Dreamcircle: Zusammenführung der Träume

Träumen ist oft sehr weit gefächert, auseinander gehend, daher ist in der Planung ein zusammenführender Prozess nötig.



1. Jede Person bekommt 3 post-it.
2. Stelle folgende Aufgabe: „Schaut euch die Träume an und denkt dabei an 3 Dinge, die getan werden könnten, um die Wirkung zu maximieren, so dass alle Träume wahr werden können.“
3. Die erste Person klebt ihre Zettel in einer horizontalen Linie auf eine Wand, ein Flip-Chart etc.
4. Danach ist die nächste Person an der Reihe. Haben zwei Zettel gleiche Inhalte, so werden sie untereinander geklebt, insgesamt sollen maximal 6-8 Spalten entstehen.

5. Jede Person darf bereits klebende Zettel in andere Spalten verschieben, wenn sie der Meinung ist, dass sie dort besser hin passt. Wenn nun ich sehe, dass eine Person meine(n) Zettel bewegt und ich bin damit nicht einverstanden, so sind wir dazu aufgerufen, außerhalb der Gruppe eine Einigung zu erzielen, wohin der Zettel definitiv gehört. Wenn ich es nicht bemerke dann hat es keine Bedeutung.

6. Jede Spalte hat Schlüsselbegriffe, diese werden mit einem Stift unterstrichen. Jetzt bilden wir so viele Kleingruppen wie es Spalten gibt, die dann die Ziele in Form eines kurzen Satzes formulieren sollen. Ziele müssen folgende Eigenschaften haben:

- \* sie müssen begrenzt sein
- \* sie müssen erreichbar sein
- \* sie müssen in der Zukunft liegen
- \* sie müssen handlungsorientiert sein (wir tun etwas, ein Verb beschreibt das!)

Im Projektmanagement gibt es das Akronym SMART, das Ziele beschreibt:

<b>S</b> imple	Einfach
<b>M</b> eaningful, <b>M</b> easurable	Sinnvoll, Messbar
<b>A</b> chievable, <b>A</b> ffordable	Erreichbar, Erschwinglich
<b>R</b> esponsive (flexible)	Reaktiv (d.h. reagieren auf einen Stimulus)
<b>T</b> imely (achievable in a certain time)	Rechtzeitig (innerhalb einer best. Zeit erreichbar)

7. Nun stellen wir uns folgende Frage: „Alle diese Ziele sind wichtig, und wir reihen sie nicht nach Wichtigkeit. Aber welche Ziele, wenn wir uns als erstes auf sie fokussieren, würden uns am meisten helfen, die anderen Ziele zu erreichen?“

8. Jede Person bekommt 3 Klebepunkte und klebt einen bis maximal 2 Punkte zu einem Ziel, der dritte Punkt muss woanders hin geklebt werden (Jede/r muss auch eine zweite Meinung haben), splitten der Punkte in Hälften ist nicht erlaubt. Die beiden Ziele, die die meisten Punkte bekommen, sind die, auf deren Basis das Karrabyrdt entwickelt wird, die anderen Ziele werden eingewoben.

## Charismatische Kommunikation

Eine Methode, um Menschen zu informieren, die man für ein Projekt gewinnen möchte.

[Buchtipps: John Herron: Facilitating as a Spiritual Practice; Christine Hogan: Facilitating Empowerment; Katrina Shields: In the Tiger's Mouth]

John Herron – How to Communicate Charismatic

1. Atme tief durch. Fühle, wo du im Körper Spannungen hast. Atme sie aus
2. Praktiziere tiefes Zuhören
3. Verschiebe deine Aufmerksamkeit von hinter den Augen zu deinem Hara (dem Schwerpunkt deines Körpers unterhalb des Nabels). Das bringt dein Herz mit hinein und verschafft dir wesentlich mehr Balance. Mache einen Atemzug um das zu tun.
4. Visualisiere mit deinem geistigen Auge die persönliche Blase, die jeden Menschen im Raum umgibt (Unsere „persönliche Blase“ ist jene Zone, in die wir Fremde ungern eindringen lassen, unser persönlicher Distanz-Raum, den wir je nach Kulturkreis, Persönlichkeit und Situation verschiedenartig respektiert haben wollen). Expandiere deine Blase in deinem Geist so weit, dass sie die Blasen aller im Raum Anwesenden umschließt.

5. a) Visualisiere, welches Gefühl der Präsenz du erschaffen möchtest
- b) Welches ist der Ton der Stimme, die dieses Gefühl erschafft?
- c) Denke an die Worte, die diesen Ton erschaffen
- d) Denke an den Gedanken, der diese Worte erschafft
- e) Keine Panik! Du musst nicht perfekt sein, Perfektion ist der Feind des Guten, der Kreativität!