

### Begrüßungsrede Prof. Mehl zur Einweihung des Hochseilgartens Infer 2 auf der Wollmarshöhe

Meine Damen und Herren,

eine Taufe ist ja grundsätzlich ein fröhlicher Anlass und so soll das natürlich auch heute sein, wie Sie sehen werden. Aber dennoch möchte ich es hier nicht versäumen, auf die Notwendigkeit eines Instruments des Erfahrungslernens und der Therapie hinzuweisen.

Der neue Hochseilgarten der zweiten Generation, den wir heute einweihen, ist ein solches Instrument und wir sind nicht aus lauter Lust und Langeweile auf diese Idee gekommen, sondern weil sich in unserer tagtäglichen Arbeit – sei es in der Prävention, in der Unternehmensentwicklung oder der klinischen Arbeit – die Kernprobleme unserer Gesellschaft und die krank machenden Faktoren zeigen.

In modernen Gesellschaften, wie auch der unseren, haben sich die Anforderungen an ihre Mitglieder grundsätzlich geändert.

Wir leben in einer Gesellschaft, in der alles möglich ist und trotz der von uns beklagten aktuellen Krise läuft es eigentlich - mindestens wirtschaftlich - auf hohem Niveau. Und dennoch steigen die Kosten im Gesundheitswesen ins Unermessliche.

Die Kosten für soziale Sicherungssysteme scheinen unbezahlbar zu werden.

Vor zwei Wochen war hier in der lokalen Zeitung in einem fast ganzseitigen Artikel zu lesen:

Zwei Drittel der Menschen haben Angst bezüglich der Wirtschaftslage, haben Angst, die Arbeit zu verlieren oder Angst, dass die Lebenshaltungskosten steigen. Die Hälfte aller Menschen hat Angst vor Naturkatastrophen, hat Angst, ein Pflegefall zu werden oder Angst vor schwerer Erkrankung. Die Ängste der Menschen waren noch nie so stark. Jeder zweite kennt so genanntes Mobbing aus eigener Erfahrung.

Ebenso sind die Menschen oft einer Diktatur der Prozessoptimierung und -beschleunigung unterworfen.

Die Jugend verarmt in ihrer Wirklichkeit vor Fernseher, Computer oder Videospiele.

Die psychosozialen Probleme scheinen uns aufzufressen, sei es Gewalt - wie vor einigen Tagen in München - oder sei es Komasaufen.

Verzweifelt versuchen wir, mit immer neuen Reglementierungen, Normierungen, Zertifizierungen und Kontrolle unser Bedürfnis an Sicherheit, Kontinuität und Verlässlichkeit zu

befriedigen und dennoch reden wir unablässig von der Krise, die wir anscheinend nicht in den Griff bekommen. Die Krise ist da und die Angst!

Selbst auf Wahlplakaten verkauft man uns Krisenmanager für die Zukunft, nicht Zukunftsvisionäre, nicht Vorbilder – die Mutigen haben keinen Platz mehr, weil sie nicht mehrheitsfähig sind oder uns noch mehr Angst machen.

Aber um welche Krise handelt es sich eigentlich wirklich und wie kommt es dazu?, sollten wir uns fragen.

Wie kommt es zum Verlust unseres Könnensoptimismus und wie kommt es eigentlich zu dieser eigentümlichen Erlahmung von Handlungsschwung – oder diagnostisch ausgedrückt: Wie kommt es zu dieser zunehmenden depressiven ängstlichen Rückzugposition? Depression als neue Volkskrankheit Nr. 1? Wie kommt es zum Totalausfall geistig, seelisch und körperlich vollkommen erschöpfter Menschen?

Wie ist diese Paradoxie zu erklären, die zwischen relativer Wohlstandswirklichkeit und einer krisengestimmten, verängstigten Gesellschaft besteht?

Hier finden wir im Wesentlichen zwei Gründe, meine Damen und Herren:

Zunächst haben wir uns mit Kraft und Anstrengung eine Multioptionsgesellschaft geschaffen, was sich zunächst ja nicht schlecht anhört.

In einer Multioptionsgesellschaft ist alles möglich. Eigentlich kann jeder machen, was er will, arbeiten, was er will, er kann sich kleiden, wie er will, er kann heiraten, wen oder was er will, ob Mann oder Frau, er kann glauben, was er will, oder auch nicht glauben. Nur die formalen Dinge sind einzuhalten, ansonsten ist alles möglich. Nicht, dass Sie mich jetzt falsch verstehen oder in eine totalitäre Ecke schieben!

Um diese Form einer Gesellschaft zu ermöglichen, die wir wollten und wollen und unter der wir Freiheit verstanden, mussten wir Verbindlichkeiten, Werte, kollektive Relevanzen und Ziele, die das Handeln und Verhalten orientieren könnten, in eine Unverbindlichkeit transformieren, die es uns erst erlaubt, die Optionen auf Vielfältigkeit und das Denkbare und Undenkbare zu ermöglichen.

Vordergründig nennen wir es die Freiheit jedes Einzelnen, aber damit ist es eben nicht getan.

Hintergründig verlangt eben diese Freiheit ein extrem großes Maß an eigener Sinnstiftung, an Selbstwirksamkeit, an Selbstvertrauen und Selbstverantwortlichkeit, an Zielstrebigkeit, Durchsetzungsvermögen, Frustrationstoleranz und die Fähigkeit, auch Widersprüche auszuhalten. Sonst erfahren wir die vermeintliche Freiheit nicht mehr als Freiheit. Wenn wir die äußeren Rahmenbedingungen aber auflösen, brauchen wir um so mehr innere Rahmenbedingungen. Diese Kompetenzen stecken in den Menschen. Diese Kompetenzen aber erreichen wir nicht mit zweifellos sinnvollem wirtschaftlichen

Wachstum, sondern durch innere Bildung und Sinnstiftung, durch Förderung innerer persönlicher Meisterschaft. Und wenn wir diese Selbst- und Sinnsicherheit nicht haben, bekommen wir Angst.

Freiheit aushalten ist schwieriger, als Gesetze zu befolgen – das müssen wir in besonderem Maße lernen. Das ist unser erstes Problem.

Zum zweiten fordern die heutigen Probleme und Aufgaben in der Gesellschaft in ihrer hohen Komplexität auch eine maximale Fähigkeit sozialer Kompetenzen, mehr oft als früher. Wie bilde ich Unterstützungssysteme in Gruppen, wie kooperiere und kommuniziere ich, wie entwickle ich Empathie für das Leben der anderen, wie definiere ich meinen Weg und meine Ziele?

Das ist das zweite grundsätzliche innere Handwerkszeug, was ich brauche, um in dieser Gesellschaft erfolgreich, gesund und glücklich zu sein.

Wenn wir also die äußeren kollektiven Strukturen unverbindlich machen, was per se ja nicht unbedingt schlecht sein muss, dann müssen wir aber in unsere inneren Strukturen um so mehr Verbindlichkeit und Sinnhaftigkeit implementieren, um stark zu sein und bestehen zu können. Und die Investition in die innere Bildung und Reifung der Menschen ist mit Sicherheit auch letztendlich eine wirtschaftlich sinnvolle Investition, wenn Sie so wollen.

Unsere hintergründige Angst vor Abstieg, Verlust, Trennung, Verlust der Geborgenheit oder sogar unseres persönlichen Untergangs ist oft die Angst vor unserer eigenen inneren Unverbindlichkeit und Orientierungslosigkeit. Ein solcher Zustand versetzt uns in einen dysfunktionalen Zustand, versetzt uns in unguten Stress, macht uns letztendlich krank.

Wir merken dies in unserer alltäglichen Arbeit mit Patienten und Seminarteilnehmern. Es gab und gibt einen Symptomshift von der Mangelgesellschaft mit den typischen Mangelkrankheiten zu den typischen Krankheiten einer Gesellschaft, in der alles, Materielles und Immaterielles, optional zur Verfügung steht.

Und damit meine ich die explodierende Anzahl an Erkrankungen wie die Angsterkrankungen, Depressionen, Somatisierungsstörungen, Sinnentleerung, die Überforderungskrankheiten wie das so genannte Burn out-Syndrom und natürlich die dazugehörigen klassischen organmedizinischen Korrelate (Migräne, Tinnitus, Schlafstörungen, etc.) (Sie sehen dort die Baugrube für unsere neue Neuropsychologische Abteilung.)

Zur Behandlung solcher Erkrankungen, aber mindestens genau so wichtig zur Vorbeugung solcher Erkrankungen, haben wir Methoden des Erfahrungslernens entwickelt. Unser Täufling heute – der Hochseilgarten – ist ein solches Instrument zum Erfahrungslernen.

Wir möchten den Menschen mit Körper, Seele und Geist ganzheitlich erfahrbar machen, welche Potenziale notwendig sind und eigentlich in ihnen stecken, die es zu entwickeln gilt. Und die neurobiologische Forschung gibt uns Recht, dass wir mit dem erfahrungsorientierten Lernen auf dem wirksamsten Weg sind.

Wir möchten die Menschen, ob krank oder gesund, in einer salutogenetischen förderlichen Weise auf die Herausforderungen unserer Gesellschaft und die Herausforderungen des Lebens vorbereiten.

Wir möchten Basiskompetenzen stärken und die Menschen befähigen, in maximaler Selbstwirksamkeit ein gelingendes Leben zu gestalten.

Wir möchten jeden Einzelnen zu seiner persönlichen Meisterschaft bringen.

Und am besten fangen wir gleich bei den Kindern und Jugendlichen an. Heute stellen wir die Weichen für morgen und es ist dringend an der Zeit, dass wir das tun.

Wir müssen in die Volksgesundheit neue Ideen stecken, die die wirklichen Belange und Bedürfnisse der Menschen berücksichtigen, genau so, wie wir es in der betrieblichen Gesundheitsvorsorge machen müssen. Mit zweifellos sinnvollen ergonomisch passenden Stühlen und der Saftbar im Foyer ist es leider nicht mehr getan.

Wir müssen umdenken, müssen innovativ werden, um das zu tun, was notwendig ist. Und nicht nur wir Mediziner, wir alle müssen es tun, die Menschen helfen, sich zu entwickeln, wenn uns etwas an einer gesunden Gesellschaft liegt.

Ein Hochseilgarten ist ein sehr geeignetes Instrument zum Erfahrbarmachen und Trainieren all dieser Eigenschaften. Unsere Kooperationspartner von faszinatour haben diesen Hochseilgarten gebaut. In diesem Sinne freue ich mich jetzt, Werner Vetter von faszinatour das Wort übergeben zu dürfen.

Ich danke Ihnen.

**Sekretariat und Verwaltung:**

Ansprechpartnerin: Christa Drews

Tel.: 0049 (0)7520 927-0

Fax: 0049 (0)7520 2875

Bürozeiten: 8.00 – 17.00 Uhr

[www.wollmarshoehe.de](http://www.wollmarshoehe.de)

[info@klinik-wollmarshoehe.de](mailto:info@klinik-wollmarshoehe.de)

**Forschung und Presse:**

Ansprechpartner: Prof.\* Dr. med. Kilian W. Mehl  
[kommunikation@wollmarshoehe.de](mailto:kommunikation@wollmarshoehe.de)