

# Kraft der Achtsamkeit für Transformation des Hochschulsystems nutzen

*Das Thüringer Modellprojekt Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft im Dialog mit dem international renommierten MIT-Managementprofessor Claus Otto Scharmer*

„Der zunehmende Achtsamkeitsbedarf wird maßgeblich durch die heutige Lebenswelt bedingt, die von disruptiven Transformationen geprägt ist“, so lautet das Eingangs-Statement, mit dem Claus Otto Scharmer am 3. Mai 2019 in den Rosensälen der Friedrich-Schiller-Universität Jena die Veranstaltungsreihe *Achtsam.Digital – Die Hochschule des 21. Jahrhunderts* eröffnete.

Von Wasserknappheit, Artensterben und Klimawandel bis Populismus und sozialer sowie ökonomischer Ungleichheit seien wir heute mit einer Vielzahl von globalen Problemlagen konfrontiert, die einen dringlichen kulturellen Wandlungsbedarf nahelegen. Der Senior Lecturer an der Sloan School of Management des Massachusetts Institute of Technology (Cambridge, USA) führte im Fortgang weiter aus: „Ziel ist es, unsere Aufmerksamkeit und unsere Intention wieder zusammenzubringen, denn das bildet die Grundlage nicht nur von allen Innovationen, sondern auch für ein gelungenes Leben.“

Professionell vermittelte und als Grundhaltung ausgebildete Achtsamkeit (engl. *mindfulness*) darf heute als grundlegende Kulturtechnik gelten. Systematisch im Bildungssystem verankert kann diese dazu beitragen, dass die Bewusstseinsentwicklung, also das *mind set* der Nutzer/innen von Computern, Software, Internet, KI und Robotik mit der

Dynamik der Digitalisierung Schritt hält. Im Rahmen der vom Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft* durchgeführten Veranstaltungsreihe bezeichnete Scharmer die Kultivierung von individueller *mindfulness* als „notwendige aber noch nicht hinreichende Bedingung für die kollektive Transformation des Hochschulsystems.“ Die aktuelle Herausforderung akademischer Institutionen bestehe in der Etablierung einer nachhaltig ausgerichteten „Einheit von Lehre, Forschung und zivilisatorischer Erneuerung.“ Das systemisch und ökologisch transformierte „Betriebssystem 4.0“, das zukunftsfähigen Hochschulen zugrunde liege, weise über die für das 20. Jahrhundert charakteristische „Einheit von Lehre, Forschung und Transfer“ hinaus.

Auf Einladung der Leiter des Thüringer Modellprojekts, Prof. Dr. Mike Sandbothe (EAH Jena) und PD Dr. Reyk Albrecht (FSU Jena), leitete Scharmer einen Workshop für Hochschulführungskräfte, gab eine Keynote-Lecture und nahm an einer Panel-Debatte teil. Die Veranstaltungen wurden von Meditationsangeboten gerahmt. Das Herzstück bildete dabei die öffentliche Podiumsdiskussion über die Hochschule der Zukunft, welche die Moderatorin und Geschäftsführerin von ART-KON-TOR ChangeProzesse Jena, Elke Klinger, wie folgt eröffnete: „An dieser Veranstaltungsreihe nehmen 150 Multiplikator/innen von 25 Hochschulen aus 12 Bundesländern teil, darunter neun Präsidenten und Vizepräsidentinnen. Dies zeigt eindrucksvoll, dass das Thema, mit dem wir uns in diesen Tagen beschäftigen, in den Entscheidungsetagen der Hochschulen angekommen ist.“

Gemeinsam mit dem Evaluationsteam des Projekts stellten die beiden Leiter in diesem Rahmen das Modellprojekt mit seinen zielgruppenspezifischen Achtsamkeitsformaten (siehe Kasten) erstmals öffentlich vor. So führte der Direktor des Instituts für Innovative Gesundheitstechnologien der EAH Jena, Prof. Dr. Andreas Voß, die Wirksamkeit der Kursformate vor Augen: „Wir können jetzt eindrucksvoll zeigen, dass das von den Kollegen Albrecht und Sandbothe, zusammen mit dem Jenaer Achtsamkeitsmediziner Dr. Bernd Langohr, speziell für Studierende entwickelte *Mindfulness Based Student Training* (MBST) zu einer hochsignifikanten Veränderung der autonomen Stress-Regulation hin zu einem besseren Zustand insbesondere der Blutdruck- und Pulsregulation führt.“ Der AOK-PLUS-Vorstandsvorsitzende Rainer Striebel betonte im Anschluss die überregionale und interinstitutionelle Skalierbarkeit der in Thüringen entwickelten Formate. Es gehe darum, so Striebel, „an Hochschulen Dinge auszuprobieren, Erfahrungen zu sammeln, Prototypen zu entwickeln und zu evaluieren, um sie dann hoch zu skalieren und flächendeckend verfügbar zu machen.“

Die zielgruppenspezifischen Achtsamkeitstrainings des Thüringer Modellprojekts stellen, so Scharmer in seiner Jenaer Keynote-Lecture, ein unverzichtbares Fundament dar, das in einem weiteren Entwicklungsschritt um den von ihm sogenannten „Bereich des Co-Sensing“ zu erweitern wäre. „Wir brauchen ‚Co-Sensing-Labs‘, in denen wir beginnen, das Hochschulsystem wirklich wahrzunehmen, nicht nur aus einer abstrakten analytischen Perspektive, sondern aus einer verkörperten, bei



Podium, v. l.: AOK PLUS-Vorstandsvorsitzender Rainer Striebel, Vizepräsidentin der Bauhaus Universität Weimar Prof. Dr. Nathalie Singer, Prof. Dr. Burkhard Schmagar, Prof. Dr. Claus Otto Scharmer, Elke Klinger, EAH-Studentin Johanna Menge, Staatssekretärin Valentina Kerst und der Rektor der TU Ilmenau Prof. Dr. Dr. Peter Scharff  
Filmstandbild: Anna Lenzenweger, Steyr (Österreich)

der wir das schöpferische soziale Feld der jeweiligen Hochschule spüren lernen.“ Dafür hat der Gründer des von Cambridge aus seit 2006 weltweit agierenden Presencing-Institutes wirksame und wissenschaftlich anerkannte Change-Management-Methoden entwickelt. „Eine davon, die für das Modellprojekt besonders hilfreich sein kann, ist das *Social Presencing Theatre* als Mischung zwischen Achtsamkeit, Aufstellung und sozialwissenschaftlichem Theater“, so Scharmer im Resümee seiner Überlegungen.

Hier entzündet sich der Funke des von ihm bereits in einer Reihe von globalen Unternehmen, Institutionen und NGOs in den USA, Europa, Afrika und Asien implementierten Transformationskonzepts: der sogenannten „Theorie U“. Für die Lösung der globalen Krisen braucht es, so Scharmer in Jena, eine neue Art von „Meta-Bildung“, um zukünftige Führungskräfte schon in der Hochschule mit Schlüsselkompetenzen wie Mut, Neugier und Mitgefühl auszustatten. Auf die hochschulpolitischen Anregungen des in der Nähe von Hamburg geborenen MIT-Wissenschaftlers antwortete die Thüringer Staatssekretärin Valentina Kerst: „Wir müssen den Menschen viel ganzheitlicher betrachten, den Stress reduzieren, der mittlerweile durch Globalisierung und Digitalisierung aufgekommen ist. Wenn wir aus Thüringen heraus eine Botschaft geben können und sagen, wir verändern die Hochschul-Landschaft, dann würde mich das sehr freuen.“

In diesem Jahr endet die zweijährige Projektlaufzeit des von der AOK PLUS, dem TMWWDG, den

beiden Jenaer Hochschulen und der TU Ilmenau kooperativ finanzierten Modellprojekts. Vor diesem Hintergrund bilanzierte die Vizepräsidentin für Studium und Lehre der Bauhaus-Universität Weimar, Prof. Dr. Nathalie Singer: „Wir brauchen diesen Zusammenhalt mehrerer Hochschulen, der Politik und auch der Finanzierung, damit wir solche Freiräume zur Begegnung haben. Denn wie Scharmer ausgeführt hat, ist die Hochschule als eine sehr klassische Institution ein hartes Brett. Und diesen Bewusstseinswandel zu gestalten, ist ein großer Schritt, und das braucht Kraft.“

Zusammen mit der Universität Erfurt und der Hochschule Nordhausen bietet nun auch die Bauhaus Universität Weimar die in Jena entwickelten Formate an. Darüber hinaus findet ein erster Export über Bundesländergrenzen hinweg statt. In Kooperation mit dem Thüringer Modellprojekt und der Frankfurt University of Applied Sciences werden an der Hochschule Osnabrück fünf Module zur Zertifizierung von *Achtsamen Hochschullehrenden* angeboten. Diese Module wurden 2017/18 unter Leitung von Prof. Dr. Mike Sandbothe (FB SW) im Rahmen des AOK-PLUS-Innovationsprojekts *Gesundes Lehren und Lernen an der Ernst-Abbe-Hochschule Jena* ([www.gll.eah-jena.de](http://www.gll.eah-jena.de)) entwickelt. Eine Anmeldung zu dem Osnabrücker Weiterbildungsangebot ist für interessierte Hochschullehrende aus Thüringen noch bis Mitte Oktober möglich unter: [mindful-leadership@hs-osnabrueck.de](mailto:mindful-leadership@hs-osnabrueck.de).

Auch Scharmer betont die Kooperationserfolge des Thüringer Modellprojekts: „Ich finde das Projekt beeindruckend, inspirierend und hochgradig

relevant für die gesellschaftliche Situation, in der wir uns befinden; vor allen Dingen in einer relativ kurzen Zeit eine Kooperation initiiert zu haben, die nicht nur viele Beteiligte, sondern sechs unterschiedliche Hochschulen hier in Thüringen verbindet und parallel die überregionale Vernetzung koordiniert.“ Und der Rektor der EAH Jena, Prof. Dr. Steffen Teichert, beschreibt die von den beiden Jenaer Hochschulen und der TU Ilmenau ausgehende Strahlkraft des Projekts in seinem Resümee am Ende der Veranstaltung wie folgt: „Letztlich ist der Austausch auch Wissenschaftskultur, was wäre eine Wissenschaft, die ohne Austausch lebt? Und in dem Sinne denke ich, dass der Startort Jena ein hervorragender ist, um diese Thematiken zu bearbeiten, zu leben und in der Umsetzung auch zu überprüfen.“

Weitere Informationen zum Thüringer Modellprojekt sind unter [www.achtsamehochschulen.de](http://www.achtsamehochschulen.de) zugänglich. Die audiovisuelle Projekt-Dokumentation der Berliner Filmemacherin Christa Spannauer, die u.a. auch ein Video-Interview mit Otto Scharmer sowie die von ihm in Jena gehaltene Keynote Lecture enthält, ist sowohl im YouTube-Kanal *Achtsame Hochschulen* als auch unter [www.achtsamehochschulen.de/dokumentieren](http://www.achtsamehochschulen.de/dokumentieren) abrufbar.

Lena Güngör, Friedrich-Schiller-Universität Jena

Das Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft* an der Ernst-Abbe-Hochschule Jena, der Friedrich-Schiller-Universität Jena und der Technischen Universität Ilmenau setzt neue Akzente in der Hochschulkultur. In der Projektlaufzeit 2018/2019 haben an diesen Hochschulen sowie an der Universität Erfurt, der Hochschule Nordhausen und der Bauhaus Universität Weimar mehr als 2.000 Personen an den Kernformaten und weiteren Angeboten des Thüringer Modellprojekts teilgenommen. Unter der Leitung von Prof. Dr. Mike Sandbothe (EAH Jena) und PD Dr. Reyk Albrecht (FSU Jena) wurden und werden die folgenden zielgruppenspezifischen Achtsamkeitsformate an den genannten Hochschulen sowie mittlerweile auch überregional angeboten und evaluiert:

MBST: Mindfulness Based Student Training

MBTT: Mindfulness Based Teacher Training

MBET: Mindfulness Based Employee Training

MBLT: Mindfulness Based Leadership Training

Derzeit ist das Team des Thüringer Modellprojekts damit befasst, die Anregungen auszuwerten, die vom Jenaer Dialog mit Otto Scharmer ausgegangen sind. Es wird geprüft, ob und wie sich ausgewählte Tools der Theorie U (u.a. Walking Dialogue, Social Presencing Theatre und 3D-Modelling) in die Projektformate integrieren lassen. Die Curricula der beiden Achtsamkeitskurse *Mindfulness Based Student Training* (MBST) und *Mindfulness Based Employee Training* (MBET) sowie die medizinischen und sozialwissenschaftlichen Evaluationsergebnisse werden 2020 in der Buchpublikation *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft* veröffentlicht. Sie eröffnet die von Albrecht/Sandbothe beim transcript-Verlag (Bielefeld) verantwortete neue Buchreihe *Achtsamkeit-Bildung-Medien*.

Der nächste Kursbeginn für die MBST- und MBET-Kurse an der EAH Jena ist am 23.10.2019. Anmeldung unter: [koordination@achtsamehochschulen.de](mailto:koordination@achtsamehochschulen.de)

Weitere Literatur:

- ▶ Reyk Albrecht, Lena Güngör und Mike Sandbothe: „Achtsamkeit als Meta-Bildung in der digitalen Gesellschaft“, in: *Digitalisierung – Werte zählen?*, hrsg. von Johannes Achatz, Reyk Albrecht und Lena Güngör, Würzburg: Königshausen & Neumann 2019.
- ▶ Hubert Ostermaier, „Mit Dyaden zu achtsamer Lehr- und Lernkultur: eine besondere Art, Gesprächsführung zu trainieren“, in: *DUZ Magazin*, 05/2019, S. 56-60.
- ▶ Otto Scharmer: *Essentials der Theorie U*, Heidelberg: Auer 2019.