

Wenn du du bist, wächst das wir

Gundl Kutschera

gründete vor mehr als 40 Jahren ein Institut, das Unterstützung bietet, unser ungenutztes geistiges und seelisches Potential zu erschließen.

INTERVIEW: HELMUT SCHNEIDER

FOTOS: SANDRA OBLAK

Ein Gespräch mit Gundl Kutschera ist etwas ganz Besonderes. Die 83-Jährige strahlt eine unglaubliche Energie aus und gewinnt mit ihrer fröhlichen, warmherzigen Art sofort die Sympathie ihrer Gesprächspartner. Ihr Leben lang versucht sie herauszufinden, wie mehr Menschlichkeit im Alltag gelebt werden kann. Geboren 1941 in Graz, absolvierte sie zahlreiche Ausbildungen, unter anderem zur Soziologin. In den USA arbeitete sie gemeinsam mit Virginia Satir und John Grinder an der Entwicklung des Neuro-Linguistischen Programmierens (NLP). In den 80er Jahren brachte sie dieses Wissen als eine der Ersten in den deutschsprachigen Raum. Seit 1962 ist sie mit dem renommierten österreichischen Physiker Walter Kutschera verheiratet. Ihr Credo: „Wenn wir lernen, die enorme Kapazität unseres Gehirns bewusst zu nutzen und unsere emotionale Intelligenz zu stärken, können wir gemeinsam eine Welt schaffen, in der für alle genug Platz, Essen, Geld, Arbeit, Liebe und Freude ist.“

In der Neubaugasse gibt es das Institut Kutschera. Wie ist es zur Gründung dieses Instituts gekommen?

Gundl Kutschera: Eigentlich hatte ich nie vor, ein Institut zu gründen. Das hat sich einfach so ergeben, weil mehr und mehr Menschen Ausbildungen wollten und ich immer öfter zwischen USA und Europa hin- und herflog. Zu Beginn übernahm eine Freundin in Heidelberg die Organisation, später übersiedelten wir nach Wien. Zuerst wohnten wir in München, wo ich am Max-Planck-Institut für Psychiatrie gearbeitet habe und dann 15 Jahre in USA. Mein Mann bekam eine Stelle in Chicago, und ich begann dort, in einer Schule zu arbeiten.

Was war das für eine Schule?

Gundl Kutschera: Es war eine Sonderschule für äußerst schwierige Jugendliche aus furchtbaren Verhältnissen, deren Zukunft oft im Gefängnis oder in der Psychiatrie enden würde und ich sollte in 3 Monaten Ergebnisse liefern. Besonders schwierig war dies, weil es zu dieser Zeit noch kein Fachbuch über Jugendtherapie gab. Ich sprach mit der Direktorin und sagte, dass das so nicht funktionieren könne. Doch sie meinte nur kalt: „Wollen Sie gleich kündigen?“ Ich hatte schon mit allen Schüler:innen einzeln



Zur Person:

Gundi Kutschera ist Soziologin, Gesundheitspsychologin, klinische Psychologin, Lehrtrainerin und Lehrsupervisorin.

„Sie konnten sich einfach nicht vorstellen, wie man ohne Alkohol und Drogen feiern kann.“

gesprachen und wollte sie nicht im Stich lassen, also musste mir etwas einfallen.

Der soziale Hintergrund war natürlich entscheidend...

Gundi Kutschera: Ich habe mich in die Kinder hineinversetzt, besuchte sie zu Hause und hörte mir ihre Geschichten an – wie sie leben und was bei ihnen los ist. Viele von ihnen hatten praktisch keine Eltern, die für sie da waren. Diese Jugendlichen konnten sich nicht einmal vorstellen, ohne Alkohol und Drogen zu feiern – sie hatten so etwas nie erlebt.

Wie haben Sie es letztendlich in Chicago mit den Kindern geschafft?

Gundi Kutschera: Ich sagte mir: Jeder, der in dieser Schule sitzt, kann etwas, das ich nicht kann und das wollen wir gemeinsam entdecken. Also habe ich z.B. zu einem Mädchen gesagt: „Du hast überlebt, wo ich es nicht geschafft hätte – und das, obwohl ich ein Kriegskind bin. Erzähl mir, wie du das gemacht hast, ganz allein, ohne jemanden, der für dich da war.“ Sofort hat sie sich aufrechter hingesezt und stolz erzählt. Und dann blieb nur noch wenig übrig, was ich therapeutisch machen musste und welche Strategie wir für den Alltag brauchten.

Zum Beispiel, ein Verbrechen zu organisieren, ist eine Strategie. Wenn man den Inhalt wegnimmt, kann man diese



Gundi Kutschera im Gespräch in ihrem Institut

„Innerlich ausgeglichene, starke Menschen gehen mit Vertrauen in die Zukunft, auch wenn sie nicht wissen, wie diese sein wird.“

Strategie auch für etwas Positives nutzen. Bandenmitglieder sind oft richtig gut in Logistik,

also haben wir darauf aufgebaut.

Auch bei Süchten habe ich ähnlich gehandelt. Süchte sind für mich nur eine Suche nach Intensität im Leben. Man muss etwas finden, das intensiver ist als die Sucht. Das Suchtverhalten hat mich überhaupt nicht interessiert, sie durften mit mir kein Wort darüber sprechen. Aber über bessere Sachen, die sie in ihrem Leben haben wollen, wo mehr Intensität ist, habe ich geredet – z.B. habe ich die Jugendlichen so oft ich konnte in die Natur zu einem Wasserfall mitgenommen und sie dort eine ganz andere Intensität erleben lassen – fröhliches Miteinander ohne Angst wegen Drogen von der Polizei erwischt zu werden.

Die Teenager waren Ihre größten Lehrmeister?

Gundi Kutschera: Wenn heute z.B. jemand kommt und mir sagt, die Krankenkasse zahlt drei Jahre Therapie, um eine Depression wegzumachen, frage ich: „Was machst du dann, wenn die Depression weg ist?“ Oft wissen sie es nicht. Das Problem ist, dass sie kein klares Ziel haben und sie keinen Sinn im Leben sehen. Drei Jahre Behandlung wegen Depressionen machen dich am Ende erst recht depressiv. Das ganze System stimmt nicht. Was wir brauchen, sind innerlich ausgeglichene, starke Menschen, die mit Vertrauen in die Zukunft gehen, auch wenn sie nicht wissen, wie diese aussehen wird. Dazu brauchen wir klare Werkzeuge ...

Ein Grundproblem ist, dass unser Schulsystem nie darauf abzielt, die Talente zu fördern, sondern jeder muss gut sein in Deutsch, Mathematik, egal wo. Wenn einer Top zeichnen kann, nützt ihm das nicht in Mathematik...

Gundi Kutschera: Wir brauchen ein neues Schulfach für emotionale und soziale Intelligenz. Schüler, Lehrer und Eltern brauchen mehr Leichtigkeit und Freude. Lernen kann so viel Freude machen und so intensiv sein wie Drogen ...

Ich musste noch kämpfen, dass ich in die Schule gehen durfte und sag heute den Kindern wie super es ist, dass sie in der Schule lernen ihr Gehirn zu aktivieren und nicht mit Drogen kaputt zu machen, auch wenn sie vieles von dem Gelernten nie brauchen werden. Ich suche auch hier wieder, was sie können, was ich nicht kann. Sie lesen eine Gebrauchsanweisung für elektronische Geräte einmal durch und verstehen alles. Also sage ich ihnen, dass Lehrer wie elektronische Geräte sind und sie nur herausfinden müssen, wie diese ticken – alle ticken anders. So wecke ich Neugier und Motivation fürs Lernen.

Was haben Sie noch vor?

Gundi Kutschera: Ich habe das Ausbildungsinstitut in der Neubaugasse meinen 10 Trainern übergeben, sodass ich mich auf die Forschung im Resonanz-Valley konzentrieren kann. Dazu habe ich ein mentales Fitness-Center mit 3 Programmen entwickelt, in denen Herzintelligenz im Alltag möglichst vielen Menschen zugänglich gemacht werden kann.

Wäre das ihr Credo?

Gundi Kutschera:

„Die meisten unserer derzeitigen Probleme liegen auf Beziehungsebene und nicht auf der Fachebene.“

Wenn wir Menschen die riesige Kapazität des Gehirns bewusst nutzen lernen, dann können wir über Grenzen gehen und gemeinsam eine

Erde gestalten, auf der genug Platz für alle ist, genug Essen, genug Geld, genug Arbeit, genug Liebe, Miteinander, Freude....Und Einstein sagte: Die stärkste Energie im Universum ist die Liebe. Wir Menschen sehnen uns nach dieser Liebe und haben gleichzeitig die größte Angst davor. Das Geheimrezept aller guten Führungskräfte, Eltern und Lehrer:innen ist: sie trauen sich diese Liebe mit anderen zu leben. Und das Schöne daran: Herzintelligenz ist lernbar: www.Resonanz-Valley.org www.kutschera.org ✓