

RENATE LEEB-BRANDSTETTER

# IM PERSPEKTIVENWECHSEL LIEGT DIE CHANCE DER VERÄNDERUNG! KREATIVE TECHNIKEN FÜR DIE SCHULE



**DIE VERWENDUNG KREATIVER METHODEN** aus dem Feld des Coachings und der Aufstellungsarbeit in Teams, Gruppen und Schulklassen kann dann sehr sinnvoll sein, wenn neue Antworten gefunden werden müssen, da die bisher übliche Herangehensweise an Unterricht und Beziehungsaufbau nicht mehr funktioniert und innovative Lösungen für Entscheidungen anstehen. Die inhaltlich fachliche Kompetenz der Lehrkräfte alleine ist nicht ausreichend für den Schulerfolg der SchülerInnen. Längst stellen aktuelle Studien eine gut funktionierende Beziehung von Lehrpersonen zu ihren SchülerInnen in den Vordergrund für gelingenden Unterricht. Werden Lösungsorientierung, Achtsamkeit, wechselseitiger Respekt und Eigenverantwortung als fixe Bestandteile des pädagogischen Alltags betrachtet, könnten sowohl SchülerInnen als auch Lehrkräfte wieder mit mehr Begeisterung in die Schule gehen. Die – Einstein zugeschriebene – Aussage, es sei die reinste Form des Wahnsinns, alles beim Alten zu lassen und gleichzeitig zu hoffen, dass sich etwas ändert, muss bei den Lehrpersonen und Verantwortlichen der Bildungspolitik als Aufforderung zu einem couragierten Änderungsprozess gesehen werden.

gehensweise an Unterricht und Beziehungsaufbau nicht mehr funktioniert und innovative Lösungen für Entscheidungen anstehen. Die inhaltlich fachliche Kompetenz der Lehrkräfte alleine ist nicht ausreichend für den Schulerfolg der SchülerInnen. Längst stellen aktuelle Studien eine gut funktionierende Beziehung von Lehrpersonen zu ihren SchülerInnen in den Vordergrund für gelingenden Unterricht. Werden Lösungsorientierung, Achtsamkeit, wechselseitiger Respekt und Eigenverantwortung als fixe Bestandteile des pädagogischen Alltags betrachtet, könnten sowohl SchülerInnen als auch Lehrkräfte wieder mit mehr Begeisterung in die Schule gehen. Die – Einstein zugeschriebene – Aussage, es sei die reinste Form des Wahnsinns, alles beim Alten zu lassen und gleichzeitig zu hoffen, dass sich etwas ändert, muss bei den Lehrpersonen und Verantwortlichen der Bildungspolitik als Aufforderung zu einem couragierten Änderungsprozess gesehen werden.

## EINLEITUNG

Die bereits laufenden Umbruchprozesse in den Schulen, wie z. B. Mehrstufenklassen in der Grundschule oder die Umstellung auf flächendeckende Neue Mittelschulen bieten Chancen für alle Beteiligten im System. Darin liegt m. E. auch die Chance zu einem Perspektivenwechsel, durch den die Rolle der Lehrpersonen ebenso neu überdacht werden sollte. Soft Skills, wie z. B. Teamfähigkeit, Kommunikation auf Augenhöhe, Reflexion des eigenen Handelns, werden zu immer mehr gefragten Basiskompetenzen der Lehrpersonen. Haltungsänderung kann gelingen, wenn sich ein Schulklima etabliert, in dem der Mut aufgebracht wird, die LehrerInnenrolle neu zu überlegen: weg vom Einzelkämpferdenken der Lehrkräfte, weg vom „Halbtagesjobdenken“, weg vom Glauben, für den Lernerfolg der SchülerInnen verantwortlich zu sein; Abschied nehmen von der Leistungsorientierung und hin

zu einem Zutrauen und Zumuten in die Eigenverantwortlichkeit der jungen Menschen, hin zu einem Menschenbild, das die Kinder und Jugendlichen vollwertig ernst nimmt.

Eine der Kernbotschaften der Hattie-Studie (2013) ist, dass Strukturveränderungen im Schulsystem alleine für sich wenig bewirken. Um dieser Erkenntnis gerecht zu werden, ergibt sich die Notwendigkeit für Schulungsmaßnahmen im Bereich der Persönlichkeitsbildung und der Haltungsarbeit für Lehrkräfte. Lehrpersonen sind ein wesentlicher Faktor auf dem Bildungsweg der Kinder und oft mitentscheidend für „negative Schulkarrieren“. SchülerInnen werden unterrichtet von Lehrpersonen, die die eigene Bildungsbiographie oft sehr wenig reflektieren. Auf diese Weise überdauern alte Strukturen die geforderten Neuerungen, wie offene Lernformen oder „peer to peer tutoring“ (SchülerInnen unterstützen sich wechselseitig). Im Kontext meiner Tätigkeit in der Aus-, Fort- und Weiterbildung an der pädagogischen Hochschule OÖ erlebe ich häufig, dass das eigene Handeln im Bereich des Unterrichts oft durch Argumente begründet wird, wie z. B. „ich habe dieses Vorgehen gewählt, weil ich das schon aus meiner eigenen Schulzeit kenne“ oder „ich selber habe als Kind laut Vorlesen gehasst, darum mach ich heute das Gegenteil und verlange dies nicht von meinen SchülerInnen“.

Unterricht und eigenes Handeln gehören immer wieder reflektiert. Eine Kombination von neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen, fachlicher Kompetenz, kritischem Hinterfragen und Selbstreflexion sind notwendig, um die oben angesprochenen Neuerungen zu sichern. Lehrkräfte, welche ihren Unterricht nach den Kriterien Schülerzentriertheit, Lösungs- und Handlungsorientierung umstellen, erleben meist einen freudvolleren Unterricht und sind auch oft verwundert über das – vermeintlich neu entdeckte – Potential ihrer SchülerInnen. SchülerInnen wissen meist genau, wo ihre Stärken und Schwächen liegen; sie müssen nur gefragt werden.

Der Einsatz geeigneter „kreativer“ Techniken bzw. geeigneter Formate sollte nicht nur Ängste bzw. Vorbehalte abbauen, sondern auch anleiten, die eigene Körperwahrnehmung zu sensibilisieren und eigene Kreativitätsprozesse anzukurbeln. Ziel ist, die Selbstlösungskompetenz des Individuums zu stärken, krankmachende Muster,

„antreibende“ Glaubenssätze einer Veränderung zuzuführen oder einfach nur einen Perspektivenwechsel zu einem Thema in Gang zu bringen. Ein weiteres Ziel ist, dass sich in der Folge ein Automatismus einstellt und die Übungen auch selbstständig durchgeführt werden.

Um Veränderungen nachhaltig zu etablieren ist es günstig, bereits in der PädagogInnen-Ausbildung künftige Lehrkräfte mit diesen Tools vertraut zu machen und auf diese Weise Selbsterfahrung zu ermöglichen. Studierende brauchen besseres Knowhow im Umgang mit herausfordernden Situationen in ihrer künftigen Arbeitsstätte.

### **HILFREICHE HALTUNGEN UND ZUGÄNGE**

In der Arbeit mit jungen Menschen ist es förderlich, wenn Lehrpersonen auch im außerberuflichen Leben eine lösungsfokussierte Grundhaltung einnehmen bzw. diese als eine Lebensform annehmen, denn „erst so lernen wir zu begreifen, was „lösungsfokussiert“ heißt und was dies für verschiedene Kontexte bedeutet“ (Sparrer, 2004, S. 430). Es geht abermals um einen Perspektivenwechsel: weg von einer Problemtrance und hin zur Lösungsfokussierung. Sparrer thematisiert jenen wichtigen Punkt, dass die eigentliche Veränderung dadurch vollzogen wird, indem sich die eigene Haltung zu einem Aspekt ändert (ebd.). Denkt man diesen Gedanken weiter, hat das zur Folge, dass dadurch neue bzw. andere Wege eingeschlagen und mehr Möglichkeiten zum Handeln erlangt werden. Neue Verhaltensmodi werden auf diese Weise allmählich in das tägliche Handeln integriert, die Lebenswelt des Einzelnen ändert sich und somit auch dessen Umwelt. Bedeutsam für die Schule ist dies, da unsere Kinder und Jugendlichen über das gelebte Vorbild und nicht über Belehrung lernen. Um diesem näherzukommen bedarf es eines lebenslangen Prozesses, in dem bewusste Achtsamkeit geschult wird, für sich selbst, als auch für die interaktiven Prozesse.

Siegel (2010) bezeichnet Achtsamkeit als eine Haltung des geistig „Aufgeschlossen-Seins“, ohne voreilige Schlüsse zu ziehen, um weiter unten fortzufahren, „gewissenhaft und bewusst handeln, offen und kreativ mit den Möglichkeiten des Lebens umgehen.“ (vgl. Siegel, S. 26). Diesbezüglich wäre es sehr wünschenswert, wenn LehrerInnen, als MultiplikatorInnen, sich ihrer eigenen Person bzw. Bildungsbiographie klar sind. Sie sollten ein Be-

wusstsein für ihre Schwächen und Grenzen, aber auch für ihre Stärken haben, dann können sie Schülerinnen und Schülern ein klares Vorbild geben – Glaubwürdigkeit und Authentizität sind gefragt. Eine sich verändernde Gesellschaft benötigt starke LehrerInnen, welche keine Angst vor Veränderung haben. Es verlangt Mut sowie eine Portion Demut, eine bereits antizipierte Herangehensweise an ein Thema wieder fallen zu lassen, um sich dem Findungsprozess für brauchbare Lösungen neu zu stellen.

### **DIE FAKTOREN PRÄSENZ UND EINFÜHLUNG IM SCHULALLTAG**

Präsente, einfühlsame Lehrkräfte sind nicht reine Stoffvermittler und stehen nicht im Mittelpunkt des Schulalltags, sie fungieren eher als LernCoaches, d. h., sie stehen den SchülerInnen bei Bedarf zur Verfügung. Auf diese Weise kann auf das Klassengeschehen aus einer Metaebene achtgegeben werden. Dieses „sich selbst zurücknehmen Können“ fördert die Eigenverantwortung der SchülerInnen und ermöglicht den Lehrpersonen, sich anbahnende Schwierigkeiten eher wahrzunehmen.

Für Präsenz ist ein Bewusstsein um die eigene Biografie mit allfälligen lebensbehindernden Konzepten sowie inneren Blockaden wertvoll. Siegel spricht hier den Aspekt der Verhaltensänderung an, denn laut ihm ist Präsenz erlernbar: „Wir können lernen, die Schraubzwingen der Gewohnheiten und verfestigten Aspekte dessen, was wir Persönlichkeit nennen, zu lockern und achtsamer werden. Wir können lernen, unsere innere Welt – in Geist und Gehirn – zu beobachten und dann zu verändern, so dass wir Präsenz nicht nur bewusst als Zustand erzeugen, sondern als dauerhaften Wesenszug in unserem Leben entwickeln.“ (2010, S. 47).

Einfühlung besteht für Siegel darin, „dass wir von anderen Signale empfangen, die aufschlussreich sind für deren Innenleben: Wir achten nicht nur auf ihre Worte, sondern auch auf die nonverbalen Muster ihres Energie- und Informationsflusses“ (2010, S. 69). Das Wahrnehmen des Energieflusses des Gegenübers bedingt eine Haltung achtsamer, wertschätzender Präsenz.

Allerdings muss hier angemerkt werden, dass sich Lehrkräfte ihre SchülerInnen nicht aussuchen können und, besonders in den Ballungsräumen, komprimiert junge

Menschen mit „schweren“ Schicksalen (z. B. Migration-Flucht-Thematik oder sich großteils selbst überlassene Kinder) in den Klassen sitzen. Diesen Kindern, neben der Wissensvermittlung, unterstützend und fördernd zur Seite zu stehen ist eine oft als Sisyphusarbeit erscheinende Aufgabe.

### **DAS SYSTEM SCHULE UND DER UMGANG MIT (EIGENEN) GRENZEN**

Der Begriff System, aus dem Griechischen, bedeutete ursprünglich ein Gebilde, etwas Verbundenes, das in einer Weise interagiert, dass es als eine zweckgebundene Einheit angesehen werden kann. Von zentraler Bedeutung erscheinen mir dabei die Begriffe „Verbundenheit und interagieren“, denn diese spiegeln das wider, worum es in Beziehungen geht.

In der konstruktivistischen Sichtweise ist System kein objektives Gebilde oder Zusammenhang, sondern die Konstruktion von Beobachtern. Es gibt also keine Systeme im objektiven Sinn, nur jene, die wir selber definieren, sei es um uns Orientierung zu verschaffen oder um die Welt besser verstehen zu können. In individuellen Prozessen legen wir selber fest, wer/was nicht zum System gehört und auch, wo die Grenzen des Systems sind. Für die Schule bedeutet das, dass jene, die da sind, dazugehören und so auch immer die Richtigen sind. Unterschiedlichkeiten sollten respektiert und anerkannt sein.

Um eine gute Lehrkraft zu sein gehört m. E. auch ein Wissen um die eigenen Grenzen und Blockaden dazu. Achtsamkeit fängt in erster Linie bei sich selbst an, daher ist das Wissen um das eigene Toleranzfenster von großer Bedeutung. Aussagen bzw. Handlungen von SchülerInnen rühren persönliche, blinde Flecken an und haben Einfluss auf das Handeln. Es fällt auf, dass wiederholt LehrerInnen mit einem bestimmten SchülerInnentypus in Konfrontation gehen oder einen Habitus einem anderen voranstellen. Als weiteres Beispiel

könnte die Angst vor dem Fremden im Generellen genannt werden, die sich in einer Ablehnung migrantischer SchülerInnen äußern kann. (vgl. Leeb-Brandstetter, 2007).

### **BERATUNG UND PROZESSBEGLEITUNG**

Durch den wechselseitigen und gleichwertigen Dialog von „Ich und Du“ entsteht ein „Wir“ als Grundbedingung von Beziehungen. Die Tatsache, dass Lernen, intellektuelles und emotionales Wachsen, in der Schule über gelungene Beziehungen funktioniert, nimmt im Bewusstsein betroffener Akteure immer mehr Raum ein. Müller fordert sogar ein, dass Lernen guttun und erfolgreich sein müsse, nur dann sei es selbstwirksam. „Menschen nehmen in der Regel nur dann die Dinge in Angriff, wenn sie sich Ihnen gewachsen fühlen. Wer eine Situation als nicht beeinflussbar erlebt, meidet sie oder reagiert mit Angst und Aggression. Wer aber glaubt über die nötigen

**DURCH FRAGESTELLUNGEN UND VERÄNDERUNGS-  
ANGEBOTE DER ANLEITENDEN BERATERIN KÖNNEN  
NEUE SICHTWEISEN UND HANDLUNGSOPTIONEN  
ENTSTEHEN. VERÄNDERUNGSMÖGLICHKEITEN  
WERDEN SICHTBAR, UND DEREN MÖGLICHE KON-  
SEQUENZEN KÖNNEN AUSGETESTET WERDEN.**

Kompetenzen zu verfügen, ist bereit Herausforderungen anzunehmen.“ (2013, S. 113).

Dieser wichtige Aspekt macht deutlich, dass Beratung eine häufig anzuwendende Tätigkeit im Lehrberuf, sei es in Elterngesprächen, Lernberatung, Schullaufbahn-Coaching oder im Klären von Verhaltensregeln mit SchülerInnen ist.

Der Ansatz, dass die beratende Lehrkraft nicht für die Lösung des Problems verantwortlich ist, sondern in achtsamer Weise das Gespräch bzw. den Prozess begleitet, könnte möglicherweise auch als sehr entlastend aufgenommen werden. Frei nach Steve de Shazer (1999): „Wer das Problem hat, weiß auch um die Lösung!“ In dieser Haltung ist jede Form der Beratung, unter Berücksichtigung besonderer Charakteristika, möglich: Beratung ist vertraulich, freiwillig und soll

ausschließlich darauf abzielen die Lösungskompetenz der SchülerInnen zu erhöhen mit dem Ziel, dass diese Vertrauen in ihre eigene Gestaltungskompetenz erlangen. Die eigene Rolle am Prozess muss die Lehrperson transparent halten.

Unsere multikulturelle und heterogene Gesellschaft spiegelt sich auch in den Klassen wider. Daher bedarf das pädagogische Personal einer Vielzahl an Methoden, ungewöhnlicher Fragen oder unterschiedlicher Strukturierungsvorschläge, um beratend und unterstützend für die Schüler/innen da zu sein. Eine Bandbreite an Interventionstechniken soll zu reflektiertem, situationsspezifischem Prozessbegleiten befähigen.

### **SYSTEMISCHE STRUKTURAUFSTELLUNGEN ALS INTERVENTIONSFORM**

Systemische Strukturaufstellungen (SySt) ermöglichen überdies eine neue Form von Interventionen, sowohl im Beratungssetting als auch in der eigenen Persönlichkeitsentwicklung. SySt gestatten Zugang zu Aspekten der uns umgebenden Wirklichkeit und der für uns relevanten inneren Bereiche durch die Externalisierung innerer Bilder. Diese spezielle Form der Aufstellungsmethode wurde von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibed entwickelt und ist seit Anfang 1990 in steter Genese und Weitermodulierung. Die Hauptwurzeln dieser konstruktivistischen Interventionsmethode sind in der Mailänder Schule, der Schule von Milwaukee sowie der Erickson'schen Hypnotherapie zu finden.

Dem lösungsfokussierten Ansatz liegt ein Menschenbild zu Grunde, welches die Handlungskompetenz der Beteiligten unterstützt sowie die Achtsamkeit dem Prozess und den handelnden Personen gegenüber fördert. Die ThemenbringerInnen spüren ihre eigene Verantwortlichkeit durch selbständiges Finden der für sie passenden Lösungen. Die Systeme werden aus Sicht der Betroffenen Personen räumlich dargestellt.

Durch Fragestellungen und Veränderungsangebote der anleitenden Beraterin können neue Sichtweisen und Handlungsoptionen entstehen. Veränderungsmöglichkeiten werden sichtbar, und deren mögliche Konsequenzen können ausgetestet werden. Um als anleitende Beraterin in authentisches Handeln zu gelangen, braucht es neben methodischem Wissen Selbstreflexion, Mut und auch

Vertrauen darauf, dass die Prozesse, bei prinzipiell guter Absicht, gelingen.

Die verschiedenen Formate der SySt bedienen sich einer speziellen Grammatik, welche eine Anwendung in den unterschiedlichen pädagogischen Kontexten sehr gut ermöglicht – zumal auch in nonverbalen bzw. sprachlich reduzierten Bereichen gearbeitet werden kann. Dadurch ergeben sich vielfältige Möglichkeiten für einen Einsatz der Methode in der Schule.

Ein weiterer, nicht unterschätzbarer Faktor ist die Tatsache, dass die Formate auch in der Einzelarbeit mit Personen einsetzbar sind, da in diesem Fall mit „Bodenankern“ gearbeitet wird. Dies scheint besonders dann von Vorteil, wenn es sich um schwierige Themen handelt, wie z.B. Entscheidungsprozesse, bzw. die Methode für Beratungstätigkeit mit Studierenden oder SchülerInnen eingesetzt wird. Einige dieser Formate und Übungen sind ohne Bedenken mit Kindern und Jugendlichen durchführbar, speziell Ressourcenübungen oder Entscheidungshilfen werden als sehr bereichernd erlebt.

Den jeweilig späteren Aufstellungsformaten geht meist ein lösungsfokussiertes Vorgespräch voran, um das Anliegen zu klären. Dies ist in etwa geteilt in:

- Wer sind die Konstrukteure des Problems?  
– Auftrags- und Anliegenklärung.
- Was läuft bereits gut?  
– Dient zur Ressourcenunterstützung.
- Woran würden Sie merken, dass sich ... in die gewünschte Richtung verändert?  
– Zielklärung.
- Waren Sie schon mal diesbezüglich erfolgreich?  
– Eventuell bereits erreichte Lösungen in der Vergangenheit.

### **DER SPRACHLICHE ASPEKT**

Innere Bilder von der Welt haben eine große Wirkung auf das subjektive Erleben und somit auch auf die Herangehensweise an die Welt und auf kommunikative Prozesse. Formate und Interventionen, welche innere Prozesse ohne bzw. mit sehr reduzierter Sprache ermöglichen, sind geeignet, den eigenen inneren Blickwinkel zu erweitern. Durch das Wahrnehmen der verschiedenen Positionen der Beteiligten kann die Empathie für andere im System steigen und einen besseren Umgang miteinander fördern.

Systemische Strukturaufstellungsarbeit vermittelt nicht nur differenzierte Möglichkeiten an Interventionstechniken, sondern eignet sich durch die Möglichkeit einer Sprachreduktion hervorragend für einen schweigsamen bzw. wortlosen Prozess, wobei dies keinesfalls gleichzusetzen ist mit Sprachlosigkeit, im Sinne von keiner Sprache mächtig! Aus vielerlei Gründen können bzw. wollen Kinder, Jugendliche gleichermaßen wie Erwachsene sich manchmal nicht zu belastenden Themen äußern. Im Schulgeschehen ist häufig zu bemerken, dass besonders introvertierte Kinder nicht viel reden, die Geschehnisse aber sehr intensiv beobachten und tief in sich aufnehmen.

### BEISPIELE FÜR DIE PRAXIS

Die folgende Auflistung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die Formate, Übungen etc. wurden u. a. mit Lehrkräften, im Rahmen des Lehrgangs „Systemisches Coaching im pädagogischen Kontext“, sowie mit Studierenden der PH OÖ in verschiedenen Lehrveranstaltungen zum Bereich der Persönlichkeitsbildung und der Kommunikation, ausprobiert und auf deren Einsatzmöglichkeiten in der schulischen Praxis diskutiert.

Die vorgestellten Formate sind aus den unterschiedlichsten Bereichen zusammengestellt, wie z. B. dem Lern- und Selbstcoaching, der Theaterpädagogik, der Strukturaufstellungsarbeit. Nicht alle Formate bzw. Techniken werden hier detailliert vorgestellt, eine differenzierte Beschreibung würde den Rahmen des Artikels sprengen. Dazu gibt es profunde Beschreibungen in vielen Büchern (siehe dazu weiterführende Literatur bzw. Literaturliste). Die oben thematisierte Achtsamkeit gegenüber sich selbst und den Prozessen gilt auch für die Formate und Übungen. Diese zu begleiten erfordert seriöse Schulung sowie Selbsterfahrung.

Es ist mir auch sehr wichtig anzumerken, dass es einen vorbereiteten Boden für diese Methoden geben muss. Sensibilisierung für sich selbst und für andere kann nicht ad hoc erlernt sein. In Schulklassen sowie in Gruppen und Teams mit einem Klima der Wertschätzung und des wechselseitigen Respekts haben Kinder und junge Menschen jene Sicherheit, die sie brauchen, um sich gut auf Neues einlassen zu können. Zusätzlich zu den unten beschriebenen Anleitungen wird immer wieder dazu aufge-

fordert, dass aufkommende Gefühle und Gedanken gespürt und wahrgenommen werden.

### DIE RESSOURCENFINDUNG

Für die Ressourcenarbeit gibt es zahlreiche unterschiedliche Methoden und Techniken. Ressourcen finden gehört zu den essentiellen Interventionen in der systemischen Beratung. Jeder Mensch trägt zahllose Ressourcen in sich, jedoch ist manchmal, besonders in Zeiten der Krise, der Zugang zu ihnen versperrt. Speziell Jugendliche haben oft große Schwierigkeiten, das Problem genau zu beschreiben, es ist ihnen peinlich bzw. wollen/können sie das Thema nicht artikulieren. Weniger Probleme haben jüngere Kinder, welche noch leichte Zugänge zu sich selbst finden und eher in eine Phantasiewelt switchen können. Kinder und Jugendliche finden mit erlebnisorientierten Methoden rasch das, was sie brauchen und ihnen guttut. Werden diese Ressourcen einmal erlebt, können sie immer wieder abgerufen werden. Dazu fragt beispielsweise Steve de Shazer nach der Ausnahme und deren genauer Beschreibung, denn „die Suche nach Ausnahmen und die Definition dessen, wie man erkennt, wenn ein Problem gelöst ist, sind zwei der Techniken, um Veränderungsgespräche in Gang zu setzen.“ (1999, S. 115).

Zu beachten gilt bei allen unten stehenden Formaten und Methoden, dass immer die Sprache und Erlebenswelt der Kinder und Jugendlichen mitgenommen werden sollte. Daher sind unten stehende Fragen und Interventionen speziell dafür angepasst.

### DIE WUNDERFRAGE

Die Frage nach dem Wunder dient der Ressourcenexploration, denn sie hält die Lösung im Fokus. „Der Gebrauch der Wunderfrage verhilft ‚...‘ zu einem möglichst klaren Bild, wie eine Lösung aussehen könnte, auch wenn das Problem unbestimmt, verworren oder unzureichend beschrieben ist.“ (ebd. S. 24).

Eine Variante der Wunderfrage könnte sein:

„Angenommen, es würde eines Nachts, während du schläfst, ein Wunder geschehen – eine gute Fee oder ein Zauberer kommt, und dein Problem wäre gelöst. Am nächsten Morgen wachst du auf, du weißt nicht, dass ein Wunder geschehen ist. Wie würdest du dies merken? Was wäre dann anders? Wie wird deine beste Freundin/dein

besten Freund (...) davon erfahren, ohne dass du etwas gesagt hast? Was machst du dann anders? (Erweiterbar, je nach Situation.)

Veränderungen beginnen bei sich selbst, daher ist es bedeutend, darauf zu achten, dass die eigene Handlungskompetenz und Verantwortung im Vordergrund bleiben. Unterstützende Fragen können sein: „Was machst du anders (*und eben nicht die Eltern*)? Was trägst du im Alltag dazu bei, dass dir ... immer öfter gelingt?“

#### **DAS FINDEN VON RESSOURCEN-PERSONEN UND RESSOURCEN-ORTEN**

Das Finden von Personen und imaginierten Gegenden, welche bereits in der Geschichte oder in der Phantasie als unterstützend erlebt worden sind, wird als bereichernd wahrgenommen werden und kann so manche Prüfungsangst abwenden. Eine Intervention oder eine Imaginationsreise könnte so aussehen:

„Denke an jene Person, welche dir am meisten zutraut und bei der du dich sehr wohl und angenommen fühlst. Es kann jemand aus der Familie sein, aber auch ein guter Freund etc. Diese Person steht wohlwollend neben (hinter) dir, wenn du die Arbeit schreibst oder das Referat vorträgst.“

#### **DAS RESSOURCENRAD**

Jemand bringt ein Thema oder eine Frage ein und kann sich im anschließenden Prozess die unterschiedlichsten Sichtweisen dazu aus folgenden Positionen einholen: Die guten Geister, die Narren, die Gerechten und die Weisen. (vgl. z. B. Renoldner et.al. 2007, S. 167)

Die vier Positionen können mit Bodenankern belegt und so im Einzelprozess durchlaufen werden. Jugendliche empfinden es sehr spannend und deeskalierend, wenn Gleichgesinnte die Positionen besetzen. Ratschläge und kreative Möglichkeiten werden in diesem Alter von den Peers besser angenommen.

#### **DIE WARME DUSCHE**

Eine Person lässt sich von den anderen der Klasse/Gruppe berieseln, denn echte Komplimente nähren den Selbstwert, und positive Gefühle stärken die Erfolgsorientierung. Die Übung eignet sich für die Stärkung des Individuums sowie des Klassenklimas. Sie sollte mög-

lichst beschreibend sein und über einen längeren Zeitraum immer wieder durchgeführt werden, damit alle in den Genuss kommen.

- Was gefällt dir an mir?
- Welche Talente hast du bei mir erkannt?  
– Erzähl die Geschichte dazu.
- Wann hast du mich mal bewundert?
- Was denkst du, könntest du von mir lernen?

#### **DAS PINGUIN PRINZIP**

[www.youtube.com/watch?v=Az7lJfNiSAs](http://www.youtube.com/watch?v=Az7lJfNiSAs)

Einen gänzlich anderen Zugang zu den eigenen Stärken bietet der Arzt und Comedian Eckart von Hirschhausen auf einem Kurzvideo mit seinem Statement des „Pinguin Prinzips“.

Das Pinguin Prinzip ist eine Metapher dafür, dass es förderlich ist, den Fokus auf die individuellen Begabungen und Stärken und nicht auf die Schwächen zu legen.

#### **DAS RESSOURCEN-KÖRPERNETZWERK**

Diese Methode eines Ressourcenmodells entwickelte Lisa Schwarz, Pittsburgh, USA, indem sie das Brainspotting (eine tiefenpsychologisch und körperorientiert fundierte Methode zur Traumaverarbeitung, die eine direkte Verarbeitung von akuten traumatischen Belastungen im Unterbewusstsein ermöglicht) in seinen vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten ausbaute. Sie installiert ein Netzwerk, indem sie die KlientInnen anleitet, Körperressourcen aufzuspüren und diese miteinander verbindet. Sodann wird der Brainspot lokalisiert, die Linien werden zu „Energiebahnen“, die die einzelnen Punkte miteinander verbinden und verstärken. Diese Arbeit wird als sehr wohltuend und Halt gebend erlebt.

Die Erfahrung zeigt, dass Kinder sehr gut auf Brainspotting reagieren, der Zugang über das Erleben entspricht den Kindern mehr als der kognitive Zugang (vgl. Peer, Systemische Notizen, 3/2011). Die Methode ist günstig für ein Einzelsetting, da eine ruhige, entspannte Atmosphäre von Vorteil ist.

#### **DER TRAUM VOM GELUNGENEN SELBST UND DAS GESUNDHEITSBILD (NACH HARRY MERL)**

Den Traum vom gelungenen Selbst definiert Merl folgendermaßen: „Das Bestreben jedes Menschen von Geburt

an bis zu seinem Ende ist es, in den eigenen Augen und den Augen der anderen, in allen Feldern in denen er involviert ist, jemand zu sein und etwas zu können und für seine Autonomie respektiert zu werden. Kurzum geht es darum Selbstwert zu generieren, in den eigenen Augen und Würde in den Augen der andern.“ (vgl. Merl, 2013) Bei der Methode des Gesundheitsbildes geht es darum, geeignete Lösungen zu einem bestimmten Thema zu finden. Es wird auf der Ebene der Intuition gearbeitet und nicht auf der Ebene der Logik. Grundlegend sind die Annahmen, dass Menschen wissen, wo die eigene Gesundheit im Körper signalisiert wird und wie sich diese Gesundheit anfühlt.

Eine mögliche Anleitung, um rasch in das Gesundheitsbild einsteigen zu können, ist folgende Übung:

Alle SchülerInnen verlassen den Raum und kommen gleichzeitig (nach Aufforderung) wieder herein. Danach werden sie mit folgenden Fragen begleitet:

- Finde den Platz im Raum, wo du am besten sein kannst/es dir am besten geht.
- Was macht es hier gut?
- Welche Möglichkeiten hast du hier?  
– (Kraftplatz in der Klasse)
- Wo, bei dir zu Hause, hast du das gleiche Gefühl?
- Wo im Körper spürst du das?
- Gibt es dazu eine Farbe?

Im Anschluss können SchülerInnen dies, je nach Alter, bildhaft oder durch eine Skulptur darstellen.

Eine weitere Übung, sich dem Gesundheitsbild zu nähern, wäre, kleine bunte Zettel für die Facetten eines „guten Zustandes“ zu wählen, um diese zu einem individuellen Bild vor sich auf dem Boden aufzulegen. Es gilt dabei darauf zu achten, dass bei jeder Änderung eine Runde um das Gesundheitsbild gegangen werden soll. Durch die Bewegung kommen neue Perspektiven dazu, und etwaige Lösungspotentiale werden sichtbar gemacht. Die Zettel sind ein Mittel, um Bewegung in den Prozess zu bringen und die Gedanken sortieren zu können. In der praktischen Anwendung hat sich bisher sehr bewährt, dass diese kleinen bunten Zettel auch mit anderen Interventionstechniken gut kombiniert werden können, nämlich dann, wenn sich Blockaden bzw. Grenzen im Prozess auftun. Sie können generell als Ressource verstanden werden.

## DIE GLAUBENSSATZAUFSTELLUNG

Eigene oder übernommene Glaubenssätze können die individuelle Weiterentwicklung sehr behindern.

Anwendungsbeispiel:

Dieses Format ist für die Einzelarbeit geeignet und dient der Eigenreflexion bindender und negativer Glaubenssätze sowie deren Auflösung. Um den Kreislauf der negativen Konstrukte sichtbar zu machen wird zunächst anhand von 3 Fragen gearbeitet. Dazu werden begleitend die Ebenen des Denkens, Fühlens und Handelns in der Eigensicht thematisiert (vgl. Lieben, 2011, S.69).

1. Wenn du diesen Satz hörst, wie fühlst du dich dabei?
2. Wenn du so fühlst, wie handelst du dann,  
was glaubst du?

3. Wenn du so handelst, wie denkst du dann über dich?  
Im Anschluss betritt der/die Themenbringer/in die Positionen der Bodenanker:

- Ich mit meinem Glaubenssatz.
- Stimmt das?
- Stimmt das wirklich?
- Ich frei von meinem Glaubenssatz.

Dieses Format eignet sich für die Einzelarbeit, da es mit Bodenanker durchgeführt werden kann (das Wort „Glaubenssatz“ würde ich für Kinder durch „Satz“ ersetzen).

Die erste Position mit dem alten Glaubenssatz wird nur zu Beginn betreten, dann nicht mehr. Gegen Ende dieser Aufstellung bildet sich meist der neue Glaubens-Leitsatz heraus. Dieser wird durch das Bearbeiten der ersten drei Fragen gefestigt.

## DAS ZUSAMMENBRINGEN VON GEGENSÄTZEN ODER DIE AUFSTELLUNG MIT DEN HÄNDEN

In der Gestik des Alltags entstehen laufend Aufstellungen mit den Händen und lösen sich wieder auf. Auf einfache Weise werden scheinbar unvereinbare Gegensätze angelehnt bzw. verbunden. Dieses „Miniformat“ ist für verdecktes Arbeiten gut geeignet, da sich der Prozess ohne Sprache vollzieht. Es geht darum, zwei Themen oder Anliegen, die schwer in Einklang zu bringen scheinen oder sich widersprechen (z. B. viel Freizeit vs. ausgezeichnete Schulnoten) zu integrieren. (vgl. Lieben, 2011, S. 63f). Die Übung wird mit den Händen der SchülerInnen durchgeführt.

In die dominante Hand kommt alles zu jenem Thema hinein, das der Person näher liegt und eher bevorzugt wird (Gedanken, Gefühle, Ängste,...). Die andere Hand wird gefüllt mit der Alternative bzw. der anderen möglichen Variante zum Ausgangsthema.

Anschließend beginnt ein Prozess der Annäherung, indem beide Hände zueinander gedreht werden um sich anzunähern.

Eine mögliche Anleitung wäre:

„Leg alles, was zu dem dir nächstliegenden Thema dazu gehört, in deine dominante Hand, lass dir Zeit und fühle nach, wie sich das anspürt. Achte darauf, welche Gedanken kommen, oder auf Bilder, die entstehen.“ – Gleiches geschieht dann mit der anderen Hand. „Versuche in deiner Zeit, die du brauchst, nun die Hände zueinander zu drehen und beobachte wieder, was sich tut – sieh mal, ob deine Hände sich näherkommen können.“

Es ist wichtig darauf hinzuweisen, dass die Hände nicht zu 100 Prozent zueinander kommen müssen. Bereits die Annäherung beider Sichtweisen kann wertvolle Erkenntnis bringen. Im Anschluss „wird die Klientin gebeten, einen Raum im Körper zu finden, wo das was neu entstanden ist, aufgenommen und gespürt werden kann“.

(ebd.). Dieser Prozess lässt sich weiterführend gut durch bildnerische oder gestalterische Darstellung abschließen und kann sowohl in Einzelsitzungen als auch in Gruppen stattfinden.

#### DAS TETRALEMMA

Dieses Format kann zur Entscheidungsfindung, zur Vereinigung von scheinbaren Gegensätzen, der Klärung von Standpunkten, der Sichtbarmachung von etwas Übersehenem etc. herangezogen werden. Durch den Prozess entsteht ein Nachdenken in veränderter Qualität, das oft relativ rasch zu, zuweilen unerwarteten, Lösungen führen kann. Auch hier kann mit Bodenankern gearbeitet werden. Die Positionen sind:

- das Eine
- das Andere
- beides
- keines von Beiden
- die 5. Position, sozusagen als „freies Element“, darf sich total frei bewegen.

Die Erfahrung zeigt, dass sich mehrfach bereits nach dem Betreten der Position „das Andere“ neue Sichtweisen sohingehend auftun, dass weitere Positionen hinfällig sein können. Ein Beispiel sowie ein möglicher Ablauf für eine Tetralemma-Aufstellung ist ausführlich z. B. bei Daimler (2008, S. 110f.) beschrieben.

#### AUFSTELLEN MIT MATERIALIEN ODER MIT DEM SYSTEMBRETT

In der Aufstellung mit dem Systembrett geht es darum, die Möglichkeit zu geben, Ideen, Gedanken und Konstrukte zu einer Situation ins Außen zu bringen. Durch diese Form der Visualisierung wird etwas Gedachtes sicht- und begreifbar und dadurch in weiterer Folge auch veränderbar. Eine Bandbreite an „kleinen Dingen“ aus der Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen, wie z. B. Steine, Figuren, Bilder, Knöpfe, Münzen, Knetmasse, Muscheln, kann zum Einsatz kommen. Durch ihre unterschiedliche Beschaffenheit, wie z. B. Größe und Form, geben sie Informationen über mögliche Ressourcen oder Blockaden.

Diese spielerische Herangehensweise bringt oft eine gewisse Leichtigkeit und auch Humor in die Sitzung. Problematische Situationen können über die (vermeintliche) Distanz oft leichter angegangen werden. Wie bei anderen Aufstellungsformaten zeigen sich systemische Kräfte und Wirkungsweisen auch auf dem Systembrett deutlich. (vgl. Polt, Rimser, 2006, S. 23). Für GrundstufenschülerInnen ist ein „Spielteppich“, welcher das Feld begrenzt, empfehlenswert.

#### DAS WERTEQUADRAT

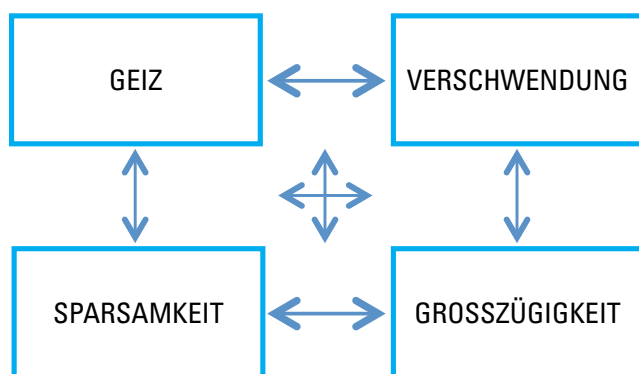
Die Wertequadrat-Struktur ist der, von Aristoteles in seiner „Nikomachischen Ethik“ entwickelten, Vorstellung verwandt, nach der jede Tugend als die rechte Mitte zwischen zwei fehlerhaften Extremen zu bestimmen ist (vgl. Schulz von Thun, 2000). Auch sinnverwandte Redewendungen sind in jeder Kultur zu finden, wie z. B. „die goldene Mitte finden“ oder: „Hinter jeder Untugend befindet sich eine Tugend.“

Das Format des weiterentwickelten Wertequadrates stellt in diesem Rahmen eine Variante für die Aufstellungsarbeit dar. Besonders geeignet ist es für die Einzelarbeit, in Konfliktlösungsprozessen oder wenn jemand andere



oder sich selbst abwertet. Die Person durchläuft die einzelnen Positionen auf Bodenankern.

*Ablauf am Beispiel des Wertes „Geiz“:*



Begonnen wird mit dem Ausgangswert (hier Geiz), um dann den Gegensatz dazu (hier Sparsamkeit) zu finden. Der Ausgangswert ist jener, der bei anderen Personen bzw. bei sich selbst als unerträglich erlebt wird. Die Schwestertugend (hier Großzügigkeit) ist sozusagen der Gegenpol zum Ausgangswert. Diese Werte sind nicht als unvereinbar, sondern als zwei Seiten einer Medaille zu betrachten.

Danach wird nach der entwertenden Übertreibung, die in diesem Gegensatz liegt (hier Verschwendung) gesucht. Sie bildet gleichzeitig den Gegenwert zum Ausgangsbegriff. Zuletzt geht es darum, den Gegensatz davon (hier Sparsamkeit) zu finden.

In allen Fällen ist es hilfreich, wenn parallel dazu sichtbar mitnotiert wird, denn die Begrifflichkeiten können sich während des Prozesses ändern.

Die Erfahrung des Prozesses öffnet den Blick dafür, „dass sich in einem beklagten Fehler nicht etwas ‚Schlechtes‘ (‚Böses‘, ‚Krankhaftes‘) manifestieren muss, das es ‚auszumerzen‘ gilt. Vielmehr lässt sich darin immer auch ein positiver Kern entdecken, ... Zum anderen ist damit die Überzeugung verbunden, dass jeder Mensch mit einer bestimmten erkennbaren Eigenschaft immer auch über einen ‚schlummernden‘ Gegenpol verfügt, den er in sich wecken und zur Entwicklung bringen kann.“ (vgl. Stangl-Taller, download 2014)

## DIE SKULPTURARBEIT: VOM PROBLEM ZUR LÖSUNG

Die Skulpturarbeit, eine theaterpädagogische Zugangsweise (u. a. von Augusto Boal), orientiert sich am subjektiven, körperlichen Erleben und Wahrnehmen und lässt sich über diese Zugänge sowohl individuell als auch für Gruppenthemen einsetzen. Im therapeutischen Bereich hat Virginia Satir ebenfalls die Skulpturarbeit eingesetzt. Die TeilnehmerInnen denken zuerst an eine Problemsituation und bringen sich selbst in eine körperliche Haltung (Skulptur), die diese möglichst deutlich ausdrückt. Dann werden sie wieder neutral und erlauben sich die Überlegung, dass es sein könnte, dass dieses Problem ganz gelöst ist und sie sich in diesem, gelösten, Zustand befinden (Lösungszustand). Dazu bringen sie sich ebenfalls in eine, den Zustand ausdrückende Haltung (Skulptur). Anschließend wechseln sie nochmals in die Problemskulptur und verändern sie in Zeitlupe zur Lösungsskulptur, bei der sie zuletzt bleiben. Der Prozess kann mehrmals wiederholt werden, der Abschluss ist immer die Lösungsskulptur (Quelle: Thonhauser, 2012).

## SCHREIBEN ALS SELBST-COACHING

Ziel jedes Selbstcoachings ist, Zugang zur eigenen Kraftquelle zu erlangen und die Persönlichkeit weiter zu entfalten. Es handelt sich um einfache Übungen, welche für die Vorbereitung und Reflexion, subjektiv empfundener, schwieriger Situationen genutzt werden können. Die Techniken erleichtern das Bewusstmachen von Zielen, Wünschen und Werten. Die eigenen Fähigkeiten und Entwicklungsmöglichkeiten stehen im Vordergrund. Immer wiederkehrende Denkmuster werden offensichtlich, z. B.: „Was macht mich erfolgreich im Leben?“ „Was stört oder belastet mich immer wieder?“ (vgl. Heimes, 2014). Einige Vorschläge:

- eine Heldengeschichte fertig schreiben
- ein Werbeplakat in eigener Sache gestalten
- das Ende einer Geschichte ändern
- Pro-Contra-Listen zu einem Thema erstellen
- Ziele finden
- Erstellen einer „bucket list“: Was möchte ich bis zu meinem Lebensende alles erlebt oder getan haben? Die Übung ist für Erwachsene geeigneter, da es hier bei nicht um materielle Werte geht.

- „five minute paper“: Dahinter steht der Gedanke, z. B. Unterrichtsinhalte zu bündeln und wichtige Erkenntnisse festzuhalten.

Schreiben als Selbst-Coaching ist sehr gut geeignet für Jugendliche, da die Prozesse innerlich ablaufen. Als Grundregel sollte Verschwiegenheit und Freiwilligkeit zugesichert sein, denn nur so ist eine ehrliche Reflexion gesichert.

#### EINE VISION FÜR DIE ZUKUNFT

Ein Perspektivenwechsel zu den oben angesprochenen Neuerungen und hin zu mehr Eigenverantwortung birgt die Chance von (Verhaltens-)Änderungen. Die Schule soll heute junge Menschen zu mündigen Mitgliedern unserer Gesellschaft erziehen, jedoch mit althergebrachten Strukturen. Viele junge Menschen erleben ihre Schulzeit oft als eine Zeit der Enge und beenden daher auch vorzeitig ihre Bildungskarrieren. Kinder bekommen derzeit nicht alle die gleichen Chancen, nach wie vor wird Bildung in Österreich vererbt; dies zu ändern ist ein Auftrag an uns alle.

Entscheidend für den Perspektivenwechsel wird sein, *wie* die Menschen in der Schule und in der Gesellschaft miteinander umgehen und *dass* sich ein autonomes und verantwortungsbewusstes Menschenbild durchsetzen kann. Menschen sind verschieden, daher bedarf es auch vielseitiger und unterschiedlicher Ansätze im Bereich des intellektuellen als auch des sozialen Lernens.

In Anlehnung an Wittgensteins Zitat „Die Welt des Glücklichen ist eine andere als die Welt des Unglücklichen“ (vgl. S.113, 6.43) ließe sich der Gedanke wie folgt weiterspinnen: Die Welt des Glücklichen ist lösungs- und ressourcenorientiert, die des Unglücklichen defizitorientiert, oder: Die Welt des Glücklichen ist selbstbestimmt und handelnd, jene des Unglücklichen dagegen fremdbestimmt und reagierend. Sicher lässt sich diese Liste weiterführen.

Lehrkräfte sollten sich über Methoden und Grenzen des „Helfens“, des Lehrens und des Beratens bewusst sein,

um den Schuldienst nicht nur mit Engagement und Liebe, sondern auch ohne Unterbrechungen ausüben zu können. Lehrpersonen sind nicht für alles im System Schule verantwortlich. Ein achtsamer Umgang mit den eigenen und mit fremden Ressourcen trägt wesentlich zur (Arbeits-)Zufriedenheit bei.

Die Humanressource „Lehrperson“ ist nur die eine Seite der Medaille, denn andererseits sind die Rahmenbedingungen im Schulsystem vorgegeben. Strukturelle Veränderungen, wie z. B. die Umwandlung der Hauptschulen in Neue Mittelschulen, müssen die Lehrpersonen in ihrem Handeln mitnehmen. Dazu bedarf es Schulungsmaßnahmen und Möglichkeiten für Methoden- und Kompetenzerweiterung.

**LEHRKRÄFTE SOLLTEN SICH ÜBER METHODEN UND GRENZEN DES „HELFENS“, DES LEHRENS UND DES BERATENS BEWUSST SEIN, UM DEN SCHULDienst NICHT NUR MIT ENGAGEMENT UND LIEBE, SONDERN AUCH OHNE UNTERBRECHUNGEN AUSÜBEN ZU KÖNNEN. LEHRPERSONEN SIND NICHT FÜR ALLES IM SYSTEM SCHULE VERANTWORTLICH. EIN ACHTSAMER UMGANG MIT DEN EIGENEN UND MIT FREMDEN RESSOURCEN TRÄGT WESENTLICH ZUR (ARBEITS-)ZUFRIEDENHEIT BEI.**

Die derzeitige Chance besteht darin, dass durch die „PädagogInnenbildung NEU“ der Bereich der Persönlichkeitsbildung an den Pädagogischen Hochschulen zugunsten der Studierenden und ihrer künftigen SchülerInnen stark erweitert werden könnte.

Eine weitere Forderung besteht in verpflichtenden Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen im Bereich der Persönlichkeitsbildung. Es wäre auch erstrebenswert, Lehrkräfte vom Mehrwert wechselseitiger Unterstützung vor Ort überzeugen zu können. PädagogInnen sind über viele Jahre gewöhnt, in Einzelkämpfermanier den Alltag in der

Schule zu meistern. Hier wird vielerorts sehr gute Arbeit geleistet, jedoch könnte durch eine Bündelung der Ressourcen auch manches effizienter gestaltet werden. Die Forderung im Bildungswesen, die finanziellen Ressourcen zu erhöhen, wird immer wieder gestellt. Derzeit gehört Reformfreude eben nicht zu den Kernkompetenzen der Verantwortlichen, obwohl dies nicht nur eine Investition in unsere Kinder wäre, sondern auch in uns selbst, denn die Kinder von heute sollen in 20 und mehr Jahren immerhin den Sozialstaat Österreich erhalten. Wir kommen nicht umhin, die Herausforderung, neue Wege zu gehen, Schule neu zu denken und kreative Lösungen zu suchen, anzunehmen, wollen wir die vielseitig geforderte Chancengerechtigkeit umsetzen.

#### MAG.<sup>A</sup> RENATE LEEB-BRANDSTETTER

ist diplomierte Lebens- und Sozialberaterin, systemischer Coach und diplomierte Aufstellungsbegleiterin (AGB); tätig an der Pädagogischen Hochschule OÖ u.a. im Bereich der Persönlichkeitsbildung. Seit 2013 eigene Praxis (Linz). Kontakt: [www.fokusleben.com](http://www.fokusleben.com)

#### BIBLIOGRAPHIE:

- Hattie, J. (2013). Lernen sichtbar machen. Hohengehren: Schneider.
- Leeb-Brandstetter, R. (2007). Die Entwicklung der Selbstidentität Migrantenjugendlicher, Magisterarbeit: FernUni Hagen
- Lieben, Ch. (2011). Handbuch für Absolventinnen und Absolventen von SO HAM, Wien: Selbstverlag
- Merl, H. (2013). Weiterbildung 2. Teil, Gesundheitsbild, Skript. Eigenverlag; Gramastetten.
- Müller, A. (2013). Mehr ausbrüten, weniger gackern. Denn Lernen heißt: Freude am Umgang mit Widerständen. Oder kurz: Vom Was zum Wie. 2. Auflage. Bern: hep
- Peer, L. (2011). Brainspotting. Systemische Notizen. Ausgabe 3/2011, S. 24–35.
- Polt W., Rimsler M., (2006). Aufstellungen mit dem Systembrett. Interventionen für Coaching, Beratung und Therapie. München: Ökotopia.
- Reichl, R. & Rabenstein, R. (2001). Kreativ beraten. Methoden, Modelle, Strategien für Beratung, Coaching und Supervision. Münster: Ökotopia
- Renoldner, Ch., Rabenstein, R., Scala, E. (2007). Einfach Systemisch. Systemische Grundlagen & Methoden für Ihre pädagogische Arbeit. Münster: Ökotopia
- Schulz v. Thun, F. (2000). Miteinander reden 1: Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation. Rinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch.
- Siegel, D. (2010). Der achtsame Therapeut. München: Kösel.
- Sparrer, I. (2004). Wunder, Lösung und System.: Lösungsfokussierte

Systemische Strukturaufstellungen für Therapie und Organisationsberatung. ... Carl-Auer

- Shazer, de, St. (1999). Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie; 6. Auflage). Heidelberg. Carl-Auer
- Thonhauser, M. (2012). Einführung in systemische Strukturaufstellungen. Vortrag und Skriptum. Wien: Eigenverlag.
- Wittgenstein, L. (1963). Tractatus logic – philosophicus. Logisch-philosophische Abhandlung. Frankfurt am Main: Suhrkamp

#### INTERNETQUELLEN: DOWNLOAD: 1.9.2014

- <http://www.youtube.com/watch?v=Az7lJfNiSAs>
- <http://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/KOMMUNIKATION/Wertequadrat.shtml>

#### WEITERFÜHRENDE LITERATUR

- Heimes, S. (2014). Schreiben als Selbst Coaching. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Daimler, R. (2008): Basics der Strukturaufstellungen. Eine Anleitung für Einsteiger und Fortgeschrittene. München: Kösel Verlag.
- Schwing, R., Fryszer, A. (2010): Systemisches Handwerk. Werkzeug für die Praxis. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

LUST  
AUF EIN  
ABO?



Unsere Fachzeitschrift enthält „**systemische Wirkstoffe, die zirkulieren, nachhaltig wirken**“ und über ein Abonnement regelmäßig zugeführt werden können.

Kosten für 4 Ausgaben pro Jahr:  
**€ 16,- (für AbsolventInnen € 12,-, für Studierende kostenlos)**

Bei weiterem Interesse ersuchen wir freundlich um **Abo-Anmeldung:**

E-mail: [administration@la-sf.at](mailto:administration@la-sf.at)

Internet: [www.la-sf.at](http://www.la-sf.at)

Post: Lehranstalt für systemische Familientherapie,  
1130 Wien, Trauttmansdorfgasse 3a

Konto: Erste Bank Nr. 095 03234, BLZ 20111