

## Workshop 5

Norbert Nagel

### Zuwendung und Wertschätzung<sup>25</sup>

#### Die Voraussetzungen für Lehrgesundheit aus transaktionsanalytischer und neurobiologischer Sicht

##### Die vier Arten von Zuwendung

Ich bin Lehrer und habe in verschiedenen Bereichen als Lehrer gearbeitet. In Schule für elf Jahre und zwölf Jahre in der Industrie als Lehrer, dort nennt man das Trainer oder auch Berater, Coach. Jetzt arbeite ich an der Hochschule als Lehrer für Studenten und seit über 20 Jahren als Ausbilder in Transaktionsanalyse. Das Schöne an diesem Lehrerberuf ist, dass wir es ständig mit Menschen zu tun haben und damit stets die Chance haben und die Erwartung haben können, positive Zuwendung, Anerkennung und Wertschätzung im Kontakt mit anderen Menschen zu erleben. Insofern ein wunderbarer Beruf, stets nahe am Zustand der Glückseligkeit.

Dass das nicht immer so ist, dafür hat die Transaktionsanalyse eine Erklärung, indem sie unterscheidet zwischen positiver Zuwendung und negativer Zuwendung. Die positive ist die, die sich eher gut anfühlt, und die negative fühlt sich nicht ganz so gut an. Wir unterscheiden bedingungslos positive – das ist die, wo uns andere zeigen: „Ich mag dich, ich finde dich sympathisch“. Eine Zuwendung, die nicht an Leistungen oder Bedingungen gebunden ist, sondern die uns als Person gilt. Und auf der anderen Seite die bedingt positive Zuwendung: „Deine Art zu erklären finde ich sehr überzeugend“, „Deine Frage ist ein wichtiger Beitrag“, „So wie du das zusammengefasst hast, hast du das Wesentliche in den Blick gerückt“. Das sind bedingt positive Zuwendungen, also an eine Bedingung geknüpft. Die Bedingung ist die Leistung, das Tun, für das ich Zuwendung bekomme. Das könnte auch der nette Pulli sein oder die neue Frisur oder das freundliche Lächeln.

Die bedingt positive Zuwendung steht im Gegensatz zur bedingt negativen Zuwendung, die sich ausrichtet an dem, was noch nicht so in Ordnung ist. „Die Zeile hättest du doch bitte auch zu Ende schreiben können“, „Warum hast du nicht zugehört? Ich habe doch gesagt, ihr sollt die Aufgabe drei und vier rechnen, und nicht nur die Aufgabe drei.“ Das sind bedingt negative Zuwendungen. Sie zeigen auch zugleich auf, was hätte sein müssen, um positive Zuwendung bekommen zu können. Sie nennen die Bedingung, warum das nun gerade eine negative geworden ist. Im Gegensatz zur bedingungslos negativen Zuwendung. Die richtet sich wiederum auf die ganze Person, es ist eine Ablehnung der Person, „Ich kann dich nicht leiden“, „Du nervst!“, „Ich will mit dir nichts zu tun haben!“. Das sind bedingungslos negative Zuwendungen.

Das ist nun keine Begriffsverwechslung, wenn ich auch hier von Zuwendung spreche, denn in der Tat: auch dies sind Aufmerksamkeiten und Beachtungen, die ich erlebe und die das Bedürfnis nach Zuwendung stillen, wenngleich sie sich nicht gut anfühlen. Zuwendung ist zu unterscheiden von der Situation, in der man sich ignoriert fühlt. Das ist in der Tat der Zustand, den Menschen um jeden Preis versuchen zu vermeiden. Lieber nehme ich negative Zuwendung anstatt ignoriert zu werden. Die Brisanz, ignoriert zu werden, können Sie schnell nachvollziehen, wenn Sie sich vorstellen, Sie kommen in eine Bankfiliale. Dort sind drei Mitarbeiter. Der eine blättert in Unterlagen, der nächste telefoniert und der dritte steht am Fenster und schaut hinaus. Sie kommen in die Filiale und keiner der drei reagiert. Wie lange wird es wohl dauern, bis Sie sich unbehaglich fühlen? Sie können wählen zwischen drei Sekunden und 30 Sekunden, länger wird es in der Regel wohl nicht sein. Wenn jedoch einer der Mitarbeiter recht schnell zu Ihnen aufblickt und sagt, „Einen kleinen Augenblick bitte, ich

---

<sup>25</sup> © Norbert Nagel

Zuwendung und Wertschätzung - Die Voraussetzungen für Lehrgesundheit aus transaktionsanalytischer und neurobiologischer Sicht

Fachtagung Resilienz am 14. März 2008 in Frankfurt am Main, [www.IPE-Nagel.de](http://www.IPE-Nagel.de), TASeminare@IPE-Nagel.de

komme gleich!“, werden Sie getrost auch eine Minute oder länger warten, ohne dass Sie innerlich in Unruhe und in Kontakt mit ungunstigen Gefühlen kommen werden.

### Vier Arten der Zuwendung

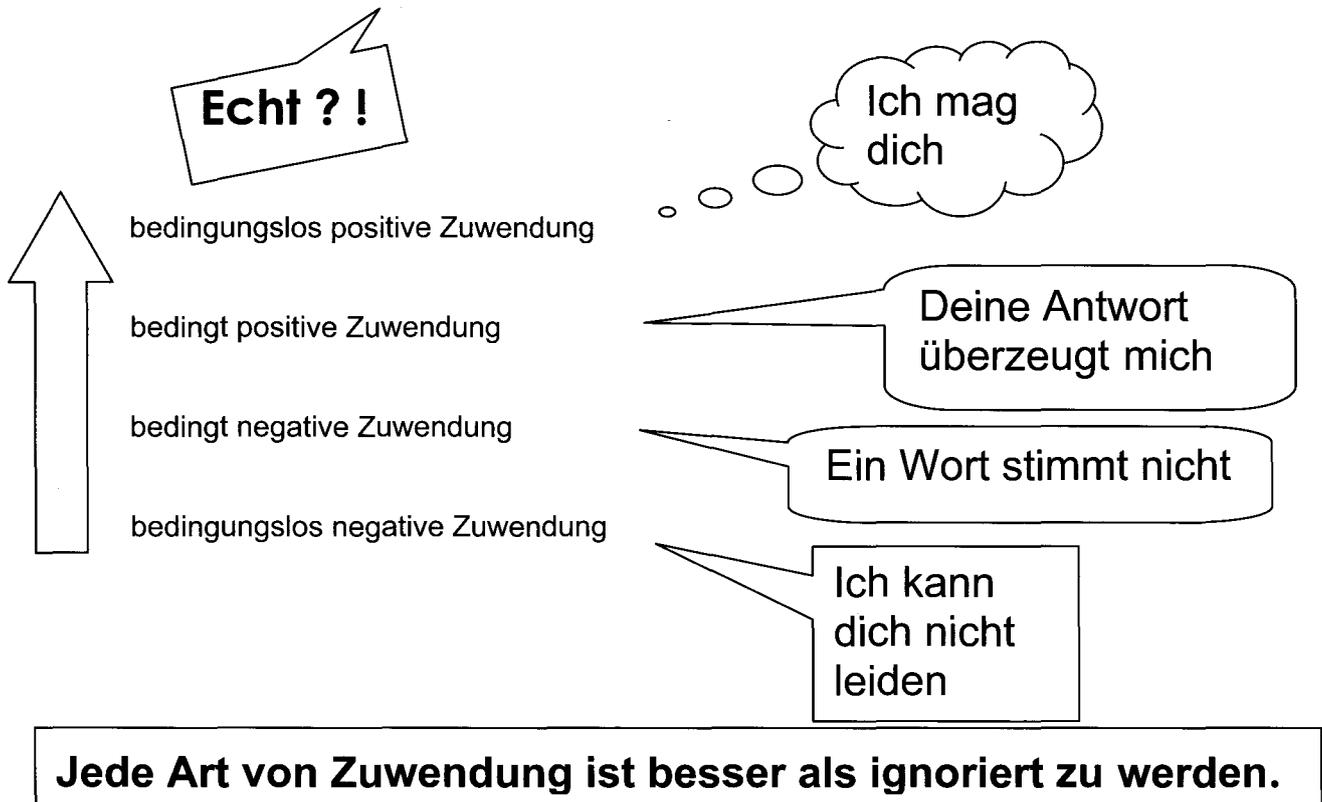


Abb. 1: Die vier Arten der Zuwendung nach Claude Steiner (1982)

Die Bedeutsamkeit von Zuwendung hat Eric Berne, der Begründer der Transaktionsanalyse, herausgestellt und hat sie als ein psychisch-seelisches Grundbedürfnis definiert (Berne 1975). Dies entspricht den Ergebnissen etwa von René Spitz (1957), an dessen Untersuchungen bei Heimkindern gezeigt werden kann, dass ein Mangel an Zuwendung deutlich zu Retardierungen führt, sowohl im kognitiven wie emotionalen Bereich, im Bereich der Sprachentwicklung wie auch der physischen Entwicklung, also Körperwachstum, oder der Stärke des Immunsystems. Von daher wird verständlich, warum manche Menschen immer wieder nach negativen Zuwendungen streben. Sie wollen die Isolation vermeiden. Bleibt natürlich die Frage: warum streben sie dann nicht nach positiver Zuwendung?

### Das Zuwendungsprofil ist gelernt und kann verändert werden

Menschen, die immer wieder nach negativer Zuwendung streben, haben in der Regel in ihrem primären Sozialisationsumfeld keine Erfahrungen gemacht, dass es positive Zuwendung gibt und wie man sie bekommt. Es gibt Kinder, die machen die Erfahrung, dass das Beste, was es gibt, von der Art negativer Zuwendung ist. „Halt die Klappe!“, „Setz dich hin!“, „Verpiss dich!“, gepaart mit gelegentlichen Schlägen und abfälligen Gesten – das ist durchaus ein Umgangsstil in Familien mit einem problematischen Erziehungsmilieu.

Wenn diese Kinder in die Schule kommen, werden sie das versuchen zu bekommen, das ihnen vertraut ist und auf das sich ihre Erwartungen richten: negative Zuwendung. Wer nicht in Beziehung die Erfahrung gemacht hat, dass er positive Zuwendung bekommt, wird sie auch nicht erwarten, auch nicht in der Schule. Dabei ist es wichtig, sich klar zu machen, dass auch die negative Zuwendung der Grundversorgung eines Bedürfnisses nach Zuwendung dient und Kinder

also versuchen, für sich zu sorgen, wenn sie sich negative Zuwendung holen. Diese Kinder werden irritiert sein, wenn sie auf einen Lehrer stoßen, der für sich beschlossen hat, nur positive Zuwendung zu geben. Gelegentlich fassen junge Kolleginnen und Kollegen einen solchen Beschluss und machen nach geraumer Zeit die Erfahrung, dass sie keine Autorität haben vor der Klasse. Der Grund im Sinne des hier vorgestellten Modells liegt darin, dass die angebotene positive Zuwendung gar nicht in ihrer Bedeutung verstanden wird von Kindern, die gewohnt sind, mit negativer Zuwendung zu leben. Das ist so ähnlich wie wenn Sie Ihre Ernährung umstellen von fleischorientierter Kost zu Vollwerternährung. Sie werden von dem Müsli am Morgen zunächst nicht satt, wenngleich alle überzeugten Müsli-Esser behaupten, man sei besser satt als nach drei Scheiben Graubrot. Das hat auch einen realen Grund. Ihr Magen kann diese neue Kost noch gar nicht voll auswerten, die Fermente im Magen müssen sich erst einmal umstellen auf die neue Nahrung. Und erst nach einigen Monaten werden Sie merken, dass tatsächlich das Vollkornmüsli besser satt macht als besagtes Graubrot. Ähnlich müssen sich Kinder erst einmal daran gewöhnen, dass positive Zuwendung möglicherweise doch ernst gemeint ist, und lernen, sie zuzulassen und im Laufe der Zeit die Erfahrung zu realisieren, dass positive Zuwendung besser satt macht als negative Zuwendung. Kinder, die das lernen und auf positive Zuwendung aus sind, werden ihre Energie einsetzen, gute Leistungen zu erzielen, um dafür positive Zuwendung zu bekommen. Das ist in der Regel nicht mehr Arbeit als das, was Kinder aufbringen an Einsatz, um negative Zuwendung zu bekommen und die damit verbundenen körperlichen oder seelischen Schmerzen zu verarbeiten.

Jene Kinder, die eher zu Kritik und Unzufriedenheit des Lehrers einladen, investieren subjektiv ähnlich viel Energie wie Schüler, die ihr Verhalten auf positive Zuwendung ausrichten. Sie gehen mit Angst in die Schule und lernen das, was vielleicht gar nicht hilft, für die nächste Klassenarbeit. Unsere Aufgabe als Lehrer ist, Kinder an positive Zuwendung zu gewöhnen, ihnen Erfahrungen im Umgang mit positiven Zuwendungen zu ermöglichen, ohne ihnen die negative Zuwendung vorzuenthalten, solange sie dem Kind noch erstrebenswert erscheint. In einer Übergangsphase bieten wir in der Regel ein Sandwich an, also unten der trockene Teil, hier die negative Zuwendung, dann der Schinken in der Mitte und dann wieder der trockene Teil oben drauf. Das Bild als Kommunikationsbeispiel: Wir können dem Kind sagen: „Ich finde das nicht in Ordnung, dass du jetzt mit deinem Nachbarn redest. Das was du bis hierher geschrieben hast, ist prima. Das gefällt mir gut. Nun reiß dich zusammen und bring deine Aufgabe auch zu Ende anstatt zu schwätzen.“ Das wäre ein typisches Sandwich. Zunächst vertraute negative Zuwendung, dann eine positive Zuwendung und dann wieder eine negative. Ein Schritt, das Kind langsam an die positive heranzuführen.

Die hier vorgestellte Sichtweise sagt auch, dass negative Zuwendung nicht zu Verhaltensänderung führt. Diese Hoffnung von Erziehenden wird in aller Regel enttäuscht. Im subjektiven Erleben ist die negative Zuwendung überlebenssichernd. So etwas gibt ein Mensch nur auf, wenn er eine bessere und erreichbare Alternative kennt. Diese ist nicht durch negative Zuwendung zu vermitteln, sondern nur durch die Erfahrung positiver Zuwendung.

Wenn wir es schaffen, dass Kinder Lust auf positive Zuwendung haben, haben wir die entscheidende Voraussetzung für effektives Lernen gelegt.

Nehmen Sie sich einen Augenblick Zeit zur Selbstreflexion. Wie sieht Ihr Schulalltag aus? Wie viel Prozent geben Sie negative Zuwendung, wie viel positive? Überlegen Sie sich dann auch die Frage: Wie viel positive Zuwendung und wie viel negative Zuwendung bekommen Sie als Lehrerin bzw. Lehrer im Laufe eines Schultags? Wie sieht Ihr Zuwendungsprofil aus?

### **Klassenklima und Zuwendungsökonomie**

Die Arbeit mit dem Modell der Zuwendung führt dazu, dass wir sehr schnell sehen, dass es nicht möglich ist, dass der Lehrer für 25 oder 30 Kinder die einzige Zuwendungsquelle sein kann. Wir werden mit der Klasse darauf hinarbeiten müssen, dass Schüler sich gegenseitig wertvolle Zuwendung geben. Das heißt, wir müssen ein Klassenklima entwickeln, in dem es erlaubt und gewollt ist, sich gegenseitig Anerkennung und Achtung für seine Leistung, aber auch für die Person entgegenzubringen. Eine solche Kultur, ein solches Klassenklima, aufzu-

bauen, heißt aber auch, gelernte Regeln, gesellschaftliche Regeln im Umgang mit Zuwendung zu überwinden. Eine solche Regel heißt zum Beispiel, dass wir besser doch keine Zuwendung geben, auch da, wo wir das gut könnten. Wir denken oft: „Warum nun gerade ich?“, oder: „Warum nun gerade jetzt?“ und haben oft die Sorge, dass zu viel Zuwendung doch nur dazu führt, dass der Schüler oder der Mitarbeiter sich dann nicht mehr wirklich anstrengt, dass er dann meint, er könne sich auf die faule Haut legen, weil er ja nun Zuwendung hat. Die Praxis zeigt eher das Gegenteil. Menschen, die positive Zuwendung bekommen, entwickeln eine Lust auf Zuwendung und setzen sich in der Regel dafür ein, immer mehr davon zu bekommen und bringen in gleichem Maße bessere Leistungen.

Ebenso ist es unüblich, um Zuwendung zu bitten. Etwa zu sagen: „Nimm mich doch mal in den Arm“, oder zu sagen: „Ich zweifle grade an mir. Was ist denn eigentlich gut an mir? Sag mir doch mal meine Stärken“, oder auch zu sagen: „Ich brauche jemanden, dem ich mal was erzählen kann, schenke mir doch mal eine halbe Stunde deine Aufmerksamkeit und hör mir zu.“ Wir tun es oft nicht aus der Furcht, damit eine Schwäche zu zeigen, oder auch wegen der Phantasie, der andere gibt mir dann etwas, was er eigentlich gar nicht geben will, und wird mir dann vielleicht doch nicht wirklich zuhören. Es könnte sogar sein, dass der andere sagt: „Ich möchte dir das nicht geben“, und wir könnten das dann als eine Verletzung und Zurückweisung erleben. Oder wir denken: „Wenn er mich nur mögen würde, würde er von selber wissen, was ich brauche.“ Damit vertun wir Chancen, wertvolle Zuwendung zu bekommen. Es ist durchaus angemessen, dass erwachsene Menschen wissen, was sie brauchen, und auch darum bitten.

Eine dritte Falle im Umgang mit Zuwendung ist die Möglichkeit, Zuwendung, die wir bekommen, nicht anzunehmen. Etwa wenn jemand eine Stärke von Ihnen anspricht und Sie sich dann sagen: „Das ist doch selbstverständlich, dafür werde ich doch bezahlt“. Etwa wenn als Ihre Stärke festgestellt wird, dass Sie Kinder mögen oder dass Sie zuverlässig sind oder dass Sie gut zuhören können. Sie können all das wegwischen mit Argumenten wie „Selbstverständlich“ und „Ja, das mach ich halt immer so“, und sich auf diese Weise nicht wirklich daran freuen, dass Sie diese Stärke haben und sie von anderen auch wahrgenommen und benannt wird.

Gelegentlich ist es auch wichtig, Zuwendung zurückzuweisen, und das ist dann die vierte Hürde: dass wir möglicherweise uns nicht trauen, Zuwendung zurückzuweisen, aus der Angst, dann möglicherweise gar keine mehr zu bekommen. Etwa Eltern, die Sie in der Pause überraschen, zu sagen, dass Sie im Augenblick keine Zeit haben, aber bereit sind, gerne ein Gespräch mit ihnen zu einem vereinbarten Termin führen. Oder dem Rektor sagen, dass Sie diesen Schüler nicht noch in die Klasse aufnehmen wollen, obgleich der Rektor Ihnen zuvor versichert hat, dass Sie eine der wesentlichen Stützen des Kollegiums sind und er Ihre Mitarbeit außerordentlich schätzt. Oft haben wir gelernt, dass es besser ist, sich selber zu kritisieren, anstatt sich selbst Zuwendung zu geben. Wenn ich Sie jetzt frage würde: „Was ist Ihre persönliche Stärke in Ihrer Arbeit?“, dann würden Ihnen sicher sehr viel leichter Schwächen und Fehler einfallen als dass Sie Stärken formulieren können.

Claude Steiner nennt diese fünf Regeln eine „Missökonomie“, die dazu führt, dass wir im Mangel an Zuwendung leben. Und für eine gute Klassenkultur ist es unbedingt erforderlich, daran zu arbeiten, diese Zuwendungs-Miss-Ökonomie umzuwandeln in eine konstruktive Ökonomie.

### **Zuwendungs-Miss-Ökonomie**

- **Gib keine positive Zuwendung, auch wenn du könntest.**
- **Frage nicht nach positiver Zuwendung, auch wenn Du sie eigentlich brauchst.**
- **Akzeptiere keine positive Zuwendung, auch wenn sie Dir gut tut.**
- **Weise keine positive Zuwendung zurück, auch wenn du sie nicht willst.**
- **Gib Dir selbst keine positiven Zuwendung.**

Abb. 2: Die Zuwendungs-Miss-Ökonomie von Claude Steiner (1982)

## Das transaktionsanalytische Motivationsmodell:

### Die dynamische Balance der psychischen Grundbedürfnisse

In dem transaktionsanalytischen Modell von Motivation hat die Zuwendung einen zentralen Platz. In diesem Modell gehen wir von drei psychisch-seelischen Grundbedürfnissen aus. Das erste Grundbedürfnis ist das Bedürfnis nach Struktur. Wir möchten wissen, was auf uns zukommt, wir planen den Stoff, wir planen den Unterrichtsverlauf. Das gibt uns Orientierung und Sicherheit. Die traditionelle Schule hat sehr stark auf Struktur gesetzt. Da konnte man davon ausgehen, dass in der letzten Schulwoche das letzte Kapitel des Schulbuchs durchgenommen wurde. Der Unterricht hat sich in der Regel an solchen durchstrukturierten Unterrichtswerken orientiert. Zunehmend hat man in der Unterrichtsgestaltung das zweite Grundbedürfnis ernst genommen, das Bedürfnis nach Stimulation. So bemüht sich heute auch die Schule, die Arbeitsmaterialien und den Unterricht abwechslungsreich zu gestalten. Sprechblasen und Blümchen auf den Arbeitsblättern, Filme, Arbeitsformwechsel und Computereinsatz sollen die Schüler stimulieren in ihrer Aktivität und damit zum Lernen anregen. Schule hat hierbei eine schlechte Position gegenüber den Freizeitangeboten. Kinder erleben in ihren Kinderzimmern ein buntes Angebot an stimulierenden Spielsachen und sitzen möglicherweise zwischen all diesen schönen Dingen und sagen: „Es ist langweilig. Was soll ich tun?“ Diese Anreize werden noch einmal überboten durch Nintendo und andere Videospiele, Gameboy oder auch Fernsehfilme und DVDs, die dreidimensional, farbig und mit Musikuntermalung eine sehr komplexe Stimulation erzeugen, mit der die Schule so nicht mithalten kann. Was bei dieser hohen Stimulation zu kurz kommt, ist in der Regel die Befriedigung des dritten psychischen Grundbedürfnisses: das Bedürfnis nach Zuwendung und Beziehung. Eltern der Gegenwart haben oft keine Zeit oder nehmen sie sich nicht, mit Kindern zu reden, zu spielen, ihnen vorzulesen oder mit ihnen zu verhandeln. Wenn das Kind einen Fernsehfilm geschaut hat, dann ist das in der Regel ausreichend Stimulation. Was dann fehlt, ist das Gespräch über den Film oder auch der Kontakt mit dem Kind, wenn es darüber traurig ist, dass es den Fernseher jetzt ausschalten soll. Möglicherweise folgt ja dann die Frage: „Spielst du dann mit mir?“ und spätestens hier wird häufig wieder auf Stimulation zurückverwiesen: „Du hast doch genügend Spielsachen und du musst dich doch mal selber beschäftigen können.“ Beziehung aber ist der Ort, wo der konstruktive Umgang mit Zuwendung gelernt wird, so dass wir in der Schule gefordert sind, der Beziehungsgestaltung einen vorrangigen Platz einzuräumen.

### Modell Dynamische Balance der psychischen Grundbedürfnisse

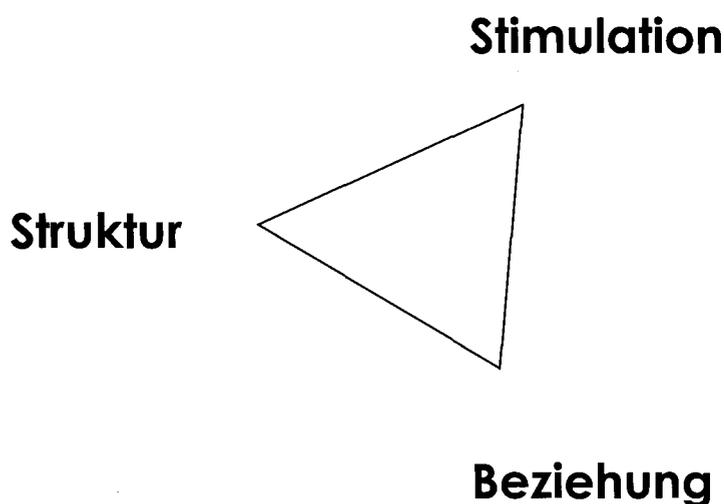


Abb. 3: Modell Dynamische Balance der psychischen Grundbedürfnisse nach Richard Erskine (1998)

## Ergebnisse der Neurobiologie

Ich möchte dies auch begründen anhand der neueren Ergebnisse der Neurobiologie. Man hat sich überlegt, ob es denn möglicherweise im Gehirn so etwas wie ein Motivationssystem gibt, ob es so etwas wie Antriebs-Aggregate gibt oder Systeme, die den Menschen motivieren, am Laufen halten, ihn aktivieren, um zu lernen oder zielstrebig Herausforderungen anzugehen. Dabei hat man zwei Beobachtungen genutzt. Das eine ist die Wirkung von Neuroleptika. Neuroleptika legen die Zielstrebigkeit lahm. Sie führen zu einem Verlust jeglichen Antriebs. Im Gegensatz zu Suchtstoffen. Suchtkranke entwickeln ein schier unstillbares Verlangen, wenn es darum geht, sich mit dem Suchtstoff zu versorgen. Das kennt schon jeder Raucher, wenn er sich beobachtet, dass er noch bei Sturm und Regen abends zum nächsten Zigaretten-automat geht, unter Bedingungen, wo man vermutlich nicht einmal den Hund mehr rausschickt, nur um seine Zigaretten noch zu bekommen. Beide Stoffe, sowohl die Suchtstoffe wie die Neuroleptika, münden im Gehirn im gleichen Bereich, in der gleichen neurobiologischen Struktur mit Sitz im Mittelhirn.

Darum ging man der Vermutung nach, dass dieser Bereich so etwas wie ein Antriebs-Aggregat oder ein Motivationssystem des Gehirns darstellt, und hat die Stoffe und Wirkungsweisen dort weiter untersucht. Man fand dort die so genannte „Dopamin-Achse“. Die Dopamin-Achse besteht aus einer Basiskomponente von Nervenzellen und einem Kopfteil von Nervenzellen, die miteinander verbunden sind und die so etwa das Aussehen einer Achse haben mit diesen beiden Endpunkten. Wird nun diese Basiskomponente des Gehirns aktiviert - in der Regel wird sie aktiviert vom Emotionszentrum -, dann wird im Kopfteil der Achse Dopamin ausgeschüttet. Dopamin ist Ihnen möglicherweise bekannt als Droge, die auch im Sport eingesetzt wird. Dopamin führt zu einem Gefühl des Wohlbefindens. Es versetzt den Organismus psychisch und physisch in den Zustand von Konzentration und Handlungsbereitschaft und es beeinflusst muskuläre Bewegungsfreiheiten des Körpers. Dopamin ist Antrieb und Energie, dass sich das Lebewesen auf Ziele zu bewegt. Das sind ja nun alles Dinge, die wir uns in der Schule wünschen, insofern also auch für Lehrer eine interessante Entdeckung. Zur Wirkung der Bewegungsfreiheit passt umgekehrt die Beobachtung, dass Parkinsonpatienten Dopamin-Mangel aufweisen.

Wird in der Dopamin-Achse Dopamin freigesetzt und erreicht das den Kopfteil der Dopamin-Achse, so werden in diesem Augenblick endogene Opioide freigesetzt. Das sind zum Beispiel Endorphine, Enkephaline und Dynorphine. Diese endogenen Opioide haben nun ähnliche Wirkung wie zum Beispiel Opium und Heroin. Sie haben positive Effekte auf das Ich-Gefühl, auf emotionale Gestimmtheit, auf Lebensfreude, sie vermindern Schmerzempfindlichkeit und stärken das Immunsystem. Der Vorteil dieser körpereigenen Produktion gegenüber dem Konsum von Opium und Heroin ist, dass hier in der Regel nur die beschriebene positive Wirkung auftritt und nicht die betäubende oder einschläfernde Wirkung. Das heißt, der Körper dosiert diese Stoffe in einer brillanten Weise so, dass nur die positiven Effekte zu Tage treten. Eine Ausnahme bildet die Situation traumatischer Erlebnisse, zum Beispiel ein Unfall, wo es eintreten kann, dass Ihnen der Arm abgerissen ist, Sie aber keinen Schmerz mehr empfinden oder aber in Ohnmacht fallen. Das wäre dann die Wirkung einer extrem hohen Ausschüttung von Opoiden und eine durchaus ja positive Wirkung.

Der dritte Wirkstoff ist das Oxytoxin, das im Hypothalamus gebildet wird. Das Oxytoxin führt zu Wohlfühlen, auch im erotischen Bereich, zu Glücks- und Genusspotenzial, zu Vertrauen in Beziehung, Motivation, Interesse und Lust an länger andauernder Beziehung und führt körperlich zu Entspannung, senkt den Blutdruck, dämpft Angst, beruhigt das Stresssystem und speichert gute Bindungserfahrungen.

Alle drei Stoffe, also Dopamin, endogene Opioide und Oxytoxin, sind Botenstoffe und werden in einer neurobiologischen Region freigesetzt, die untereinander verschaltet ist und als Gesamt-Motivations-System angesehen werden kann. Dann stellt sich ja nun die Frage, welche Voraussetzungen müssen denn erfüllt sein, dass dieses Motivationssystem seine Botenstoffe freigibt?

Nachweislich haben Suchtstoffe wie Nikotin, Alkohol, Kokain sofort Wirkung auf die Dopamin-Achse; ebenso regen Heroin oder Opium das Opioid-System an. Die Wirkungen sind wohlthuend, entspannend und so weiter, allerdings ist das motivierte Verhalten auf ein Ziel hin einge-

schränkt, nämlich die Suchtmittelbeschaffung. Fachleute sprechen von einem Suchtdruck oder Craving, der/das dazu führt, dass alle Mittel in Bewegung gesetzt werden, das Suchtmittel wieder zu beschaffen. Man kann deshalb davon ausgehen, dass dies nicht die eigentliche Funktion des menschlichen Motivationssystems ist.

Auf der Suche nach den natürlichen Voraussetzungen, dieses Motivationssystem zu aktivieren, ist man zu einem eindeutigen Ergebnis gekommen.

„Nichts aktiviert die Motivationssysteme so sehr wie der Wunsch, von anderen gesehen zu werden, die Aussicht auf soziale Anerkennung, das Erleben positiver Zuwendung und erst recht die Erfahrung von Liebe“ (Bauer, S. 35).

Speziell das Oxytoxin wird angeregt durch freundliche Interaktion, Zärtlichkeit, Musik, gemeinsames Singen und Lachen, sexuellen Höhepunkt, Geburt oder Liebeserfahrung. Bekannt ist sicher das erhöhte Auftreten von Oxytoxin während der Geburt. Es setzt einerseits auf einer körperlichen Ebene sowohl die Wehen in Gang und ebenso das Freigeben der Milch beim Saugen des Kindes, hat zugleich aber auch die Wirkung, dass die Mutter in der Regel eine enge Bindung zu ihrem eigenen Kind erlebt. Oxytoxin ist stets der Stoff, der mit der Dauerhaftigkeit von Beziehung entsteht und auch zu dem Verlangen nach dauerhafter, anhaltender Beziehung führt. Durch Untersuchungen bei Kleinkindern kann gezeigt werden, dass bei einer frühen Unterbrechung im Kontakt etwa mit den Bezugspersonen diese Menschen auch später noch im Erwachsenenleben weniger Oxytoxin produzieren und weniger beziehungsfähig sind. Im Alltag erleben wir dieses Bedürfnis oder diesen Wunsch nach Dauerhaftigkeit von Beziehung darin, dass wir uns freuen, einen bekannten Menschen wiederzusehen, mit dem wir bereits einmal eine positive Beziehungserfahrung gemacht haben. Oxytoxin ist auch dafür da, solche positiven Beziehungserfahrungen im Hirn zu speichern, und führt dann zu einem Wiedererkennungseffekt, wenn wir diesem Menschen wieder begegnen und offen in den Kontakt eintreten. Der Verweis auf die Produktion von Oxytoxin durch gemeinsames Singen könnte ganz praktisch eine Aufforderung dazu sein, doch im Schulalltag wieder mehr miteinander zu singen. Ein Beispiel noch für die Anregung der Produktion körpereigener endogener Opiode: In einer Versuchsanordnung hat man Menschen, die freiwillig an dem Versuch teilgenommen haben, Schmerz zugefügt durch Injektion einer salzhaltigen Lösung in einen Muskel. Das ist sehr schmerzhaft, aber nicht nachhaltig schädigend. Der einen Bezugsgruppe hat man nach einiger Zeit ein Schmerzmittel zur Linderung gegeben, das in Wirklichkeit ein Placebo war, und angekündigt, die Wirkung am Ende des Versuchs zu erfragen. Der anderen Hälfte der Untersuchungsgruppe übergab man das Placebo im Rahmen eines Arztgesprächs. Der Arzt hat in diesem Gespräch zugesichert, dass er für den Kandidaten jederzeit erreichbar ist, dass er auch immer wieder vorbeikommen wird, um sich nach ihm zu erkundigen, und dass er für die Zeit des Versuchs der Ansprechpartner für ihn ist. Diese Gruppe des Versuchs kam zu dem Ergebnis, dass das verabreichte Schmerzmittel eine gute Wirkung hatte. Die andere Untersuchungsgruppe jedoch stellte fest, dass das Medikament keinerlei Wirkung hatte. Die Begründung ist nach den neueren neurologischen Erkenntnissen zu geben: Nicht das Placebo hat die schmerzlindernde Wirkung ausgelöst, sondern das körpereigene endogene Opioid, das infolge des Beziehungsangebots des Arztes in erhöhtem Maße produziert wurde.

Allgemein lässt sich aus neurobiologischer Sicht sagen, dass die Motivationssysteme des Menschen auf Zuwendung und gelingende Beziehung zu anderen zielen. Motivation ist auf lohnende Ziele ausgerichtet und soll den Organismus in die Lage versetzen, durch eigenes Verhalten möglichst günstige Bedingungen zum Erreichen dieser Ziele zu schaffen. „Wer Menschen nachhaltig motivieren will, ... muss ihnen die Möglichkeit geben, mit anderen zu kooperieren und Beziehungen zu gestalten.“ (Bauer 2007 S. 61)

### **Beziehungsgestaltung und die Bedürfnisaspekte von Beziehung**

Darum ist es wichtig, dass wir uns anschauen, was zu einer guten Beziehungsgestaltung gehört. Bauer (2007, S. 191-193) nennt fünf Komponenten für eine gelingende Beziehung, nämlich:

- sehen und gesehen werden;
- die gemeinsame Aufmerksamkeit gegenüber Dritten, also für Dinge, für die wir ein gemeinsames Interesse haben;
- die emotionale Resonanz zu spüren, die mein Verhalten bei anderen auslöst;
- das gemeinsame Tun
- und das wechselseitige Verstehen von Motiven und Absichten.

In der Transaktionsanalyse hat Richard Erskine (2002) herausgearbeitet, welches die wesentlichen Bedürfnisaspekte sind, die innerhalb des Bedürfnisses nach Beziehung Befriedigung suchen:

- ❖ Bedürfnis nach Schutz;
- ❖ Bedürfnis nach Anerkennung;
- ❖ Bedürfnis nach Zuspruch und Ermutigung;
- ❖ Bedürfnis nach Normalität, also die Erfahrung, zu merken, andere erleben und sehen Dinge ähnlich wie ich auch;
- ❖ Bedürfnis, die Individualität gestärkt zu sehen, indem wir erleben und aushalten können, dass andere Menschen auch ganz anders wahrnehmen und erleben als ich. Also darüber mich als unverwechselbares Individuum zu erleben;
- ❖ Bedürfnis nach Einfluss auf andere, wenn wir andere für unsere Sache begeistern wollen, möglicherweise eben auch für unseren Unterricht;
- ❖ Bedürfnis nach Unterstützung, nämlich dass jemand sich uns auch anbietet, Hilfe zu geben oder auch nachfragt, was wir denn brauchen;
- ❖ Bedürfnis, Liebe auszudrücken, anderen Dank auszudrücken und Dankbarkeit zu erleben.

Ich will auf diese Aspekte von Bauer und Erskine hier im Augenblick nicht näher eingehen, es würde den vorgegebenen Rahmen sprengen (vgl. dazu Nagel 2002).

### **Lernen von Beziehung**

Wenn wir nun sehen, dass gelingende Beziehungen so wichtig sind für das Motivationssystem und den Austausch von Zuwendung, so könnte man ja jetzt als Schlussfolgerung sagen: Wir müssen in Zukunft Kinder lehren, wie man Beziehung sinnvoll gestaltet. Also zum Beispiel zwei Stunden Beziehungsgestaltung in der 6. Klasse einführen. Ein solches Unterfangen wird schwerlich nachhaltige Wirkung erzielen. Es verkennt vor allem, dass das menschliche Gehirn in der Lage ist, aus einzelnen Beispielen Gesetzmäßigkeiten abzuleiten. Wenn wir im konkreten Alltag Beziehung bewusst gestalten, wenn wir Beziehung anbieten und einfordern, wenn wir in konkreten Alltagssituationen Beziehungsgestaltung aushandeln und um Beziehungsverhalten konstruktiv streiten, wird der Schüler daraus die allgemeinen Gesetzmäßigkeiten für eine gute Gestaltung von Beziehung ableiten. Dass Kinder dies zum Teil nicht mitbringen, liegt daran, dass sie in der Regel zu wenig positive Beziehungserfahrung in ihrem Alltag haben. Beziehung wird ersetzt durch Stimulation. Die Jugendlichen von heute leben in vielen Fällen Stimulation kompensatorisch anstelle der Befriedigung des Bedürfnisses nach Beziehung. Sie lernen dadurch, beziehungslos nebeneinander her zu leben. Diese Erfahrung destruktiver Beziehungsform muss beantwortet werden durch konstruktive Beziehungsangebote und nicht durch einen Unterricht, der die Regeln für Beziehungslernen vermittelt. Das ist ähnlich wie beim Spracherwerb. Sofern Deutsch Ihre Muttersprache ist, können Sie feststellen, dass Sie zeitlebens keine Grammatik für die deutsche Sprache benötigen, es sei denn, Sie studieren Germanistik oder beschäftigen sich mit Grenzsituationen der Grammatik. In der Regel haben Sie die grammatischen Regeln durch die Anwendung von Sprache gelernt und so gelernt, wie Ihr Umfeld die Sprache benutzt. Sie haben aus der erlebten und praktizierten Sprache die Regeln abgeleitet

und können sie anwenden. Wenn heute der Dativ häufiger verwendet wird als der Genitiv, wenn Sie heute also vielleicht sagen: „Der Lehrer ist gestresst wegen den lauten Schülern“, anstatt zu sagen: „wegen der lauten Schüler“, dann nicht deshalb, weil in der Grammatik ein Druckfehler war, sondern weil in Ihrem Umfeld und auch in den Medien zunehmend der Genitiv durch den Dativ ersetzt wird und Sie dies als Regel aufgenommen haben, auch solange sie noch gar nicht in der Grammatik oder im Duden vermerkt ist. Wenn es also nicht notwendig ist, die Regeln für Beziehung zu lernen, ist es umso notwendiger, Beziehung zu leben und zu gestalten. Das, was wir dabei beachten müssen, ist die Art der Prozessgestaltung und nicht eine Didaktik zur Vermittlung von Regeln.

### **Auf die Haltung kommt es an**

Für die Prozessgestaltung ist es wichtig, dass wir eine kooperative Haltung zum Lernenden einnehmen. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, wie wir uns anderen und dem Lernenden speziell gegenüber positionieren können. Wir können ihm begegnen aus der Haltung: „Ich bin okay, du bist nicht okay“, „Wie oft soll ich dir das noch sagen?“, „Kannst du nicht mal zuhören?“, „Wann kapiert du das endlich?“ Das sind Aussprüche, die eher von oben herab den Schüler belehren.

Umgekehrt kommt es vor, dass Lehrer sich eher nicht okay fühlen und den Schüler als okay ansehen: „Ich bin nicht okay, Du bist okay“. Etwa wenn der Lehrer sehr schnell dazu neigt, sich Vorwürfe zu machen, wenn die Klassenarbeit schlecht ausgefallen ist oder Schüler nicht gut mitkommen. Anstatt die Verantwortung bei jedem anteilig zu belassen.

Gelegentlich sind Menschen eher in einer Haltung von: „Ich bin nicht okay und du auch nicht“. Etwa nach dem Motto: „Du hast ja auch gar keine Lust zu lernen und mir fällt auch nicht ein, was ich noch tun könnte, und unter den Bedingungen, wie wir arbeiten, hat das sowieso keinen Sinn“. Eine solche Haltung ist destruktiv und für alle Beteiligten, auch das betreffende Subjekt, schwer belastend.

Eine konstruktive Beziehungsgestaltung steht auf der Basis von „Ich bin okay, du bist okay“ - einer wertschätzenden Begegnung, in der wir nach den Ressourcen des Lerners schauen und offen sind, unser Bestes zur Verfügung zu stellen, so dass wir in eine kooperative Haltung gegenüber dem Schüler kommen. Wenn wir diese Position gegenüber dem Schüler einnehmen, dann laden wir ihn ein, in einen fairen Gedankenaustausch, in ein Streiten um Regeln und ein respektvolles Miteinander im Lernprozess einzusteigen. Nur aus dieser Position heraus sind wir effektiv und nachhaltig lernfähig, auch im Blick auf das Lernen der Regeln, wie Beziehung gelingen kann.

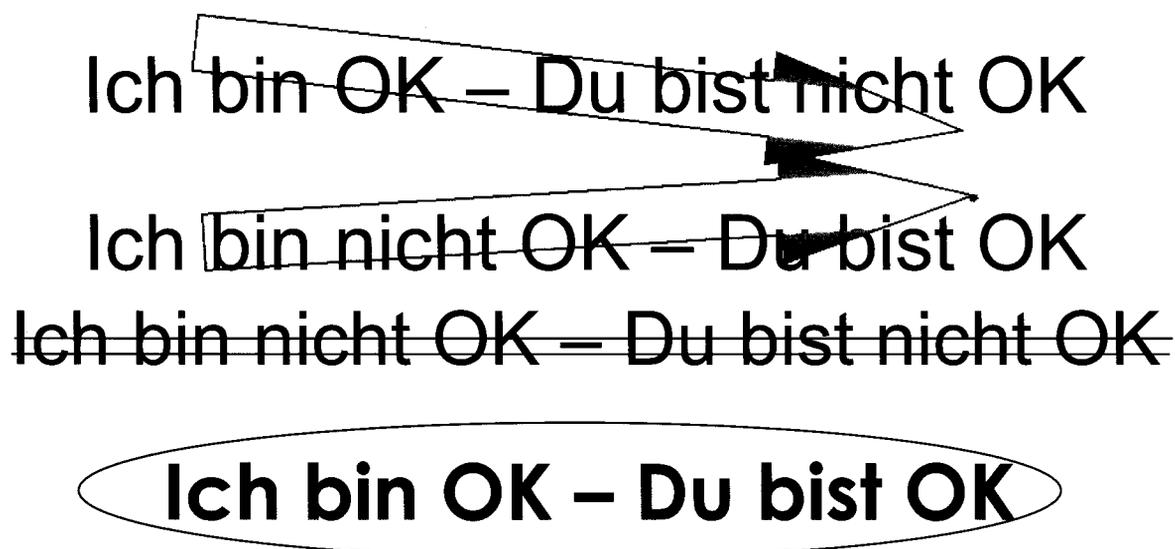


Abb. 4: Die OK-Positionen nach Eric Berne (2005) und Frank Ernst (1971)

## **Schulleben beziehungsorientiert gestalten ist Voraussetzung für Lernen**

Für die Schulpraxis führt uns dies unmittelbar zum Begriff des Schullebens. Schule als Lernfabrik kann auf Beziehung verzichten. Wenn wir Beziehung den ihr gebührenden Platz einräumen, wenn wir Beziehung als Voraussetzung für die Freisetzung von Motivation ansehen, dann brauchen wir eine Schule, in der zuallererst Beziehung gestaltet und gelebt wird. Das führt deutlich zu der Forderung nach Ganztageschulen. Wir brauchen in der Schule Zeit, die wir mit Kindern verbringen jenseits der Erarbeitung von Lernstoff. Das gemeinsame Mittagessen, das Gespräch auf der Parkbank oder beim Töpfern im Rahmen einer AG schaffen erst die Voraussetzung, dass an diesem Ort auch effektiv und nachhaltig gelernt werden kann. Die Forderung nach Erfüllung eines Lerncurriculums muss deutlich zurücktreten hinter die Forderung nach gelingender Beziehung. Erst wo Beziehung positiv gestaltet wird, erst wo Beziehung zum Raum von Wertschätzung und positiver Zuwendung geworden ist, findet Lernen statt. Denn nur dort werden die Lernunterstützer im Gehirn, wird das körpereigene Antriebs-Aggregat geweckt, so dass das Lernen mit angenehmen Gefühlen verbunden ist. Nur das wird dazu führen, dass wir gerne zeitlebens weiterlernen. Solange Lernen mit Angst vor Versagen oder vor Verachtung verbunden ist, werden wir Lernen vermeiden so gut wir können.

## **Lehrergesundheit als Folge der Beziehungsorientierung von Schule**

Doch was hat der Paradigmenwechsel von der Stofforientierung zur Beziehungsorientierung von Schule mit Lehrergesundheit zu tun? Motivationssysteme zielen auf Zuwendung und gelingende Beziehung zu anderen, sagte ich, und dies gilt eben auch für die Motivationssysteme von Lehrern und Lehrerinnen. Nur wenn wir es schaffen, die Beziehungsgestaltung zwischen den Kollegen wie zur Leitung wie zu den Schülern positiv zu gestalten, werden wir in einen Zustand kommen, uns selber als motiviert zu erleben. Wer in dieser Weise, stimuliert von Dopamin, endogenen Opioiden und Oxytoxin, an seine Arbeit geht, hat beste Voraussetzungen, hohe berufliche Anforderungen gesund zu meistern. Wer im Bündnis mit seiner Lebensenergie arbeitet, hat wenig Chancen, krank zu werden. Nachhaltige, wirksame Schulentwicklung kann ihren Ausgangspunkt da nehmen, dass jeder Lehrer für sich die Entscheidung trifft, dass er um keinen Preis den Anspruch aufgeben wird, in einer angenehmen sozialen Umgebung seine Arbeit auszuführen - einer Umgebung, die an sozialen Kontakten und Beziehungen reich ist, auf die wir uns freuen, nach der wir uns sehnen. Wer mit diesem Vorsatz in die Schule geht, wird Unterricht und Schule verändern und den entscheidenden Schritt tun, gesund die Dienstaltersgrenze zu erreichen.

Drei ‚Warnhinweise‘ seien zum Schluss erlaubt:

Sich für motivierende, angenehme soziale Kontakte einzusetzen hat einen konstruktiv-egoistischen Gewinn. Dieser Paradigmenwechsel lässt sich also nicht mit der Legitimation der Selbstaufopferung vollziehen und kollidiert mit dem in pädagogischen Berufen weit verbreiteten Helfersyndrom. Der Gewinn des Paradigmenwechsels ist auch, dass wir uns selber motivieren, selbst Lebensfreude gewinnen und uns selbst als Person gestärkt erleben.

Zum Zweiten: Wie in jeder Organisation gibt es in Schulen heimliche Verträge. Ein weit verbreiteter heimlicher Vertrag ist, dass wir völlig überfordert sind, dass die Arbeit von Jahr zu Jahr schlimmer wird, die Schüler immer unmöglicher und dass es keine Chance gibt, in der Schule noch befriedigend zu arbeiten. Wer seine Arbeit auf die eigene Gesunderhaltung und ein positives Schulleben hin orientiert, muss aus diesem ‚Solidarvertrag‘ aussteigen und Mitstreiter gewinnen.

Drittens: Für viele Jugendliche ist so genannte Coolness erstrebenswert. Dabei ist zu bedenken, dass Coolness eine notwendige emotionale Kompetenz von Menschen ist, die sich in der Gefahr erleben, von Überstimulation erstickt zu werden. Sie halten mit ihrer Coolness die Stimulation auf Distanz, um darin nicht zu ertrinken. Coolness verweist uns damit zugleich aber auch auf die Notwendigkeit, mit diesen Menschen in Beziehung zu treten und sie beharrlich einzuladen, kontaktvoll in Beziehung zu sein und Beziehungserfahrungen zu machen. Sie werden diese Angebote jedoch nicht gleich mit Begeisterung aufnehmen. Sie werden eher den

Verlust an Stimulation spüren als die neue Qualität einer kontakvollen Beziehung spüren und schätzen zu können. In dieser Situation wie auf dem Hintergrund der Übertragungsphänomene die Kraft zur Beharrlichkeit aufzubringen, erfordert lebendige andere Quellen von Beachtung und Wertschätzung für den Lehrer und die Lehrerin: eine für Leitungsaufgaben ausgebildete Schulleitung, ein auf Zusammenarbeit orientiertes Kollegium und die persönliche Unterstützung durch Supervision oder Coaching.

## **Literatur**

- Antonovsky, A., Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen, 1997
- Bauer, J., Prinzip Menschlichkeit – Warum wir von Natur aus kooperieren. Hamburg, 2007
- Berne, E., Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben? Psychologie des menschlichen Verhaltens. München, 1975 (engl.: What Do You Say After You Say Hello? New York, 1972)
- Berne, E., Grundlagen der Gruppenbehandlung. Paderborn, 2005
- Ernst, F., The OK Corral: The Grid For Get-on-with. Transactional Analysis Journal, No. 1, 1971, S. 231 ff
- Erskine, R., The Therapeutic Relationship: Integration Motivation and Personality Theories. Transactional Analysis Journal, Vol. 28, No. 2, 1998, S. 132-141
- Erskine, R., Relational Needs. EATA Newsletter, Geneva, Nr. 73, 2002, S. 5-7
- Nagel, N., Sicherheit, Akzeptanz, Bestätigung und Liebe – Beziehungsbedürfnisse und Beziehungserfahrungen bestimmen unsere Persönlichkeit. Theorie und Praxis der Sozialpädagogik 2002, 08/2002
- Spitz, R., Die Entstehung der ersten Objektbeziehungen. Stuttgart, 1957
- Steiner, C., Scripts people live. (dt.: Wie man Lebenspläne verändert). New York, 1982

## **Protokoll zum Workshop 5**

### **Hiltrud Reusch**

In einer ersten Vorstellungsrunde stellten sich die Teilnehmer gegenseitig, mit zuvor ausgetauschten persönlichen Stärken, vor. Die Runde entpuppte sich als starkes Kompetenzteam, es war von Kreativität, Spontaneität, Flexibilität, gut zuhören können, abwarten können, gut strukturieren können, gerne Neues ausprobieren und offen auf Kinder zugehen können, und vielem mehr die Rede.

Der erste Teil des Workshops beschäftigte sich mit dem Thema Zuwendung.

Norbert Nagel differenzierte

- bedingungslos positive Zuwendung (ich mag dich),
- bedingt positive Zuwendung (deine letzte Antwort überzeugt mich),
- bedingt negative Zuwendung ( deine letzte Aussage gefällt mir nicht),
- bedingungslos negative Zuwendung (ich kann dich nicht leiden).

Fehlt jede Art von Zuwendung, bleibt Entwicklung aus.

Auftrag an die Gruppe war an dieser Stelle, mit dem jeweiligen Nachbarn zu besprechen, wie viel Zuwendung und welche bekommen wir und geben wir während des Schulvormittags.



Zentrum für Erziehungshilfe  
Frankfurt am Main  
Berthold-Simonsohn-Schule

**ZfE**

Zentrum für  
Erziehungshilfe  
der  
Stadt Frankfurt am Main  
und Förderverein

# RESILIENZ

Rückgrat

Energie

Sicherheit

Ich-Stärke

Liebenswürdigkeit

Individualität

Einsicht

Nachsicht

Zuversicht

**DOKUMENTATION DER FACHTAGUNG**

am 14. März 2008  
in Frankfurt am Main

Herausgeber:

Förderverein des Zentrums für Erziehungshilfe der Stadt Frankfurt am Main /  
Berthold – Simonsohn – Schule e.V.

Kostheimer Str. 11 – 13,  
60326 Frankfurt am Main

Tel.: 069 / 212 – 39407

Fax: 069 / 212 – 39039

E-mail: [bssimzfe@yahoo.com](mailto:bssimzfe@yahoo.com) oder  
[zentrum.erziehungshilfe@stadt-frankfurt.de](mailto:zentrum.erziehungshilfe@stadt-frankfurt.de)

Internet: [www.zentrum-fuer-erziehungshilfe.de](http://www.zentrum-fuer-erziehungshilfe.de)

Die Dokumentation ist zum Selbstkostenpreis zu beziehen.

Konto: 85209 bei der Frankfurter Sparkasse, BLZ: 500 502 01.

Das Einverständnis der Autorinnen und Autoren zur Veröffentlichung liegt vor.

Die Dokumentation wurde von Astrid Papp und Till Hoffmann zusammengestellt und  
überarbeitet.

# Inhalt

## Begrüßung

### **Einführung zur Fachtagung Resilienz**

Gudrun Nagel-Nicklas, Manfred Paul Buddeberg ..... S. 5

### **Grußwort**

Dieter Kieweg ..... S. 8

## Vorträge

### **Anstelle des Vortrags – eine schriftliche Ausführung: Auf der Suche nach Resilienz werden Krisen gefunden – Überlegungen im Kontext von Entwicklung, Krisen, Wille und Resilienz**

Dr. Dagmar Meyer ..... S. 9

### **Anstelle des Vortrags – eine schriftliche Ausführung: Vom Nutzen der Peers für die pädagogische Praxis**

Prof. Dr. Günther Opp ..... S. 16

## Workshops

### **Workshop 1: Rehistorisierung bei Verhaltensstörungen – aus anderer Sicht erklären, verstehen, handeln (Dr. Dagmar Meyer)**

Protokoll zum Workshop 1: Yenai Rabe ..... S. 24

### **Workshop 2: Die Praxis positiver Peerkultur (Prof. Dr. Günther Opp)**

Protokoll zum Workshop 2: Katrine Janssen ..... S. 27

### **Workshop 3: Eigenständig werden – ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung im Sinne von Lebenskompetenzförderung, Sucht- und Gewaltprävention (Mechthild Reith)**

Protokoll zum Workshop 3: Annette Gerber ..... S. 29

### **Workshop 4: Ressourcenorientierung – ein Beitrag zur Konfliktverleugnung? (Dr. Thomas von Freyberg)**

Text von Dr. Thomas von Freyberg/Angelika Wolff ..... S. 31

### **Workshop 5: Zuwendung und Wertschätzung – Die Voraussetzungen für Lehrergesundheit aus transaktionsanalytischer und neurobiologischer Sicht (Norbert Nagel)**

Text von Norbert Nagel ..... S. 45

Protokoll zum Workshop 5: Hiltrud Reusch ..... S. 55

### **Workshop 6: „Reicht man ihnen den kleinen Finger, verliert man die ganze Hand“ Resilienz und Beziehungsgestaltung zu „Hochrisikoschülern“ in einer Schule für Erziehungshilfe (Andrea Engelhardt und Nicolas Voges)**

Text von Andrea Engelhardt und Nicolas Voges ..... S. 58

### **Workshop 7: ZfE – Ambulanter Bereich: Vom Widerstand zur Widerstandsfähigkeit – präventive schulische Erziehungshilfe (Doro Holm und Carola Pfeiffer)**

Text von Dorothea Holm und Carola Pfeiffer ..... S. 64

Protokoll zum Workshop 7: Gudrun Dabisch ..... S. 73

**Workshop 8: Starke Eltern – Starke Kinder / Kennen lernen der Inhalte und Durchführung ausgewählter Übungseinheiten des Elternkurses (Claudia Lukaschek)**

Text von Claudia Lukaschek ..... S. 75

Ein Text von Paula Honkanen-Schoberth zum Thema Elternkurse: "Starke Eltern – Starke Kinder®"; Gewaltfreie Erziehung in der Familie ..... S. 77

Protokoll zum Workshop 8: Christine Brehm ..... S. 80

**Workshop 9: Lassen sich biologische Merkmale von Resilienz fördern? Neurofeedback, Training von Emotionserkennung und „environmental enrichment“ als therapeutische Bausteine (PD Dr. med. Martin Holtmann)**

Protokoll zum Workshop 9: Manfred Grün ..... S. 81

**Workshop 10: Lebenslagen und Resilienz bei Migrantenjugendlichen (Tina Alicke)**

Text von Tina Alicke ..... S. 84

Protokoll zum Workshop 10: Birgit Sturma ..... S. 87

**Podiumsdiskussion und Feedback**

**Podiumsdiskussion**

Transkription der Tonbandaufzeichnung von Thomas Andrzejewski ..... S. 90

**Prozessbeobachtung der Fachtagung**

Linda Abendroth ..... S. 98

**ReferentInnen und AutorInnen ..... S. 101**