

Psychosoziale Gesundheit in der Schule

Menschen aus der Seele sprechen

Verstehende Zuwendung, Mediation und Compassion- Training als Bausteine für Resilienz und Sozialkompetenz

Die modulare Fortbildung ist Teil des Präventionsprogramms [Konflikt-KULTUR](#) (siehe auch [Grüne Liste Prävention](#)) und richtet sich an Fachkräfte in der Bildungs- und Erziehungsarbeit. Ziel ist die Stärkung der **Psychosozialen Gesundheit**.

Modul 1 (Basiskurs):

Ich möchte Dich verstehen – Mit Resonanzangeboten Bindung fördern

Kinder und Jugendliche brauchen nicht nur Führung, Halt und Schutz – sie brauchen auch einfühlsame, verstehende Zuwendung (Responsivität). Sie brauchen Menschen, die sich wirklich für sie interessieren und ihnen ungeteilte Aufmerksamkeit schenken. Menschen, die ein offenes Ohr für ihre Sorgen und Konflikte haben und ihnen „aus der Seele sprechen“. So kann mit der Zeit eine tragfähige, vertrauensvolle Beziehung entstehen – die Grundlage für echte Bindung. Bindung ist nicht nur ein zentraler Resilienzfaktor, sondern auch eine der wichtigsten Quellen für Lern- und Arbeitsmotivation. Damit ist sie essenziell für eine gesunde Entwicklung und Persönlichkeitsentfaltung.

Im Seminar werden verschiedene Ebenen des Verstehens erarbeitet. Auf der tiefsten Ebene geht es um die grundlegenden menschlichen Antriebe: Wofür leben und kämpfen wir? Was motiviert uns? Die Teilnehmenden erfahren, dass hinter jedem Verhalten zentrale Bedürfnisse stehen – nach Sicherheit, Beziehung, Autonomie, Stimulation und Anerkennung – und welche inneren und zwischenmenschlichen Konflikte sich aus deren Unterschiedlichkeit ergeben können. Thema wird auch sein, wie diese Grundbedürfnisse mit Kindern und Jugendlichen erarbeitet werden können. Anschließend werden die Kommunikationstechniken „Vertiefungsfragen“ sowie „Kontaktaussagen“ bzw. „Resonanzangebote“ vorgestellt und praktisch eingeübt. Mit diesen Techniken lässt sich eine Verbindung zum inneren Erleben des Gegenübers aufbauen.

Modul 2:

Mediation im pädagogischen Kontext

Konflikte verstehen – Konflikte gemeinsam lösen

Viele Auseinandersetzungen enden in einer Eskalationsspirale, weil jede Konfliktpartei in ihren Gefühlen und Bedürfnissen verletzt ist und sich rächen möchte. Beide sind in ihrer jeweiligen Sichtweise gefangen und suchen die Schuld beim Gegenüber. Da keine Seite bereit ist, den ersten Schritt zu machen, können Missverständnisse nicht geklärt werden, und die Fronten verhärten sich. Beide Seiten reagieren empfindlich, und schon bei geringem Anlass kommt es zu neuem Streit.

In solchen Fällen hilft ein festes Konfliktlösungsritual wie Mediation, bei der eine dritte Person zwischen den Konfliktparteien vermittelt und hilft, das Recht auf gewaltfreie Konfliktlösung umzusetzen. Ausgebildete Mediatoren, Konfliktlotsen oder Streitschlichter bringen beide Seiten an einen Tisch, schaffen eine konstruktive Gesprächsatmosphäre, helfen, den Konflikt zu verstehen, und unterstützen die Suche nach einer für beide Seiten zufriedenstellenden Lösung.

Mit Hilfe der Mediation lernen die Beteiligten,

- ✓ sich an Gesprächsregeln zu halten und konstruktiv zu streiten,
- ✓ über (verletzte) Gefühle und Bedürfnisse zu sprechen,
- ✓ sich in andere hineinzusetzen (emotionale Empathie),
- ✓ andere Sichtweisen zu respektieren,
- ✓ die Hintergründe und Ursachen eines Konflikts besser zu verstehen,
- ✓ konstruktiv mit Wut und Ärger umzugehen,
- ✓ Impulse besser zu kontrollieren,
- ✓ Wünsche zu äußern, Friedensangebote zu machen und fair zu verhandeln,
- ✓ Kompromisse zu finden und Abmachungen einzuhalten.

Die Fortbildung dient der Entwicklung entsprechender Kommunikations- und Konfliktlösekompetenzen sowie der Erarbeitung notwendiger Rahmenbedingungen, um die Mediation dauerhaft in einer Einrichtung zu verankern.

Modul 3:

Das Leid des anderen spüren – Der Weg zum Mitgefühl

Compassiontraining und Tat-Ausgleich

Aus der Sanktionsforschung ist bekannt, dass Strafen in der Regel nicht zu einer nachhaltigen Verhaltensänderung, sondern allenfalls zu einer vorübergehenden Verhaltensanpassung führen. Solange sich jemand beobachtet fühlt und die Wahrscheinlichkeit hoch ist, dass auf jedes dissoziale Verhalten empfindliche Sanktionen folgen, verhalten sich die Betroffenen regelkonform. Die extrinsische Motivation, Strafen zu vermeiden, beeinflusst jedoch weder die innere Einstellung noch die grundsätzliche Bereitschaft, Werte und Normen zu verletzen.

Die intrinsische Motivation, andere nicht zu verletzen und sich prosozial zu verhalten, entsteht nicht aus Angst vor Bestrafung, sondern aus Mitgefühl. Mitgefühl entwickelt sich, wenn jemand so intensiv mit den Folgen seines Verhaltens konfrontiert wird, dass emotionales Verstehen (emotionale Empathie), Betroffenheit und Erschütterung stattfinden. Mitgefühl wirkt gewalthemmend und kann zu einer dauerhaften, intrinsisch motivierten Verhaltensänderung führen – unabhängig von äußerer Kontrolle und Sanktionsandrohungen.

Da nur die Geschädigten glaubwürdig über die Folgen des Verhaltens und das erlittene Leid Auskunft geben und beim Gegenüber echte Anteilnahme auslösen können, müssen sie in den Konfrontationsprozess einbezogen werden. Gleichzeitig lernen sie im geschützten Rahmen eines Tat-Ausgleichs, ihre Angst vor den Aggressoren zu überwinden und ihre innere wie äußere Lähmung zu lösen. Sie fühlen sich dem Erlittenen nicht länger ohnmächtig ausgeliefert und erfahren die Aggressoren in einem neuen Licht.

Inhalte:

- ✓ Die Entwicklung von Mitgefühl
- ✓ Ergebnisse der Sanktionsforschung
- ✓ Grundbedürfnisse als zentrale Handlungsmotivation
- ✓ Kommunikationstechniken: Vertiefungsfragen und Kontaktaussagen
- ✓ Wertschätzende Konfrontation mit den Verhaltensfolgen
- ✓ Phasen, Struktur und Rituale des Tat-Ausgleichs
- ✓ Auflösung von Rechtfertigungsstrategien

Leitung: Thomas Grüner, Dipl.-Psychologe, HAKOMI-Therapeut und Ausbilder für Mediation und Tat-Ausgleich. Gründer und Leiter des Instituts für [Konflikt-KULTUR](#). Seit 1997 ist Thomas Grüner in der Organisations- und Schulentwicklung tätig und bildet bundesweit sowie in Österreich und in der Schweiz, Fachkräfte in den Methoden von Konflikt-KULTUR aus.

Termin: **Modul 1 getrennt als Basiskurs buchbar (3 Tage).**
Modul 2 und 3 (5 Tage). Komplett 8 Tage. Mit Zertifizierung 10 Tage.

Ort:

Zeit:

Praxisbegleitung und Supervision kann zusätzlich gebucht werden.

Publikationen (Auswahl)

Bücher, Interviews, Vorträge und Videos

Interview 2022: [Podcast Interview](#)

Konflikt-KULTUR, klicksafe (Hrsg.) (2017). *Was tun bei (Cyber)Mobbing? Systemische Intervention und Prävention in der Schule*. Ludwigshafen: klicksafe. [Was tun bei \(Cyber\)Mobbing?](#)

Vortrag: Grüner, T. (2017). *Bildung braucht Beziehung*. Buchloe: DVD Wissen.

Grüner, T., Hilt, F. & Tilp, C. (überarbeitete Neuauflage 2015). „Bei STOPP ist Schluss!“ *Werte und Regeln vermitteln*. Hamburg: AOL. [Bei STOPP ist Schluss!](#)

Grüner, T., Hilt, F. & Tilp, C. (2015). *Streitschlichtung mit Schülermediatoren. Auswahl – Ausbildung – Begleitung*. Hamburg: AOL. [Streitschlichtung mit Schülermediatoren](#)

Video des Schulpsychologischen Beratungszentrums Ludwigshafen zum Classroom Management (2015) [Video Classroom Management](#)

Grüner, T. (2010). *Die kleine Elternschule. Was Kinder stark und glücklich macht*. Freiburg: Herder.

Fachartikel

Grüner, T. (2015). Mediation von Schülerkonflikten – Chancen und Herausforderungen. In K. Seifried, S. Drewes & M. Hasselhorn (Hrsg.), *Handbuch Schulpsychologie*. (S. 382-393). Stuttgart: Kohlhammer.

Grüner, T. & Hilt, F. (2011). Systemische Mobbingprävention und Mobbingintervention. In A. Huber (Hrsg.), *Anti-Mobbing-Strategien für die Schule*. (S. 89-106). Köln: Wolters Kluwer.

Grüner, T. (2010). Olweus in der Praxis. Erfolgsbedingungen von Mehr-Ebenen-Programmen zur Gewaltprävention. In B. Bannenberg & Programm Polizeiliche Kriminalprävention der Länder und des Bundes (Hrsg.), *Herausforderung Gewalt*. (S. 59-91). Stuttgart.

Grüner, T. (2008). Der Täter-Opfer-Ausgleich. In A. Schröder, H. Rademacher & A. Merkle (Hrsg.), *Handbuch Konflikt- und Gewaltpädagogik*. (S. 121-133). Schwalbach: Wochenschau.