

# **Systemische Beratung und Systemaufstellungen**

**Abschlussarbeit zum Kurs 2010-2012**

## **Systemisches Arbeiten im Kontext einer Jugendhilfeeinrichtung**

bei der

Heidelberger Akademie für Gesundheitsbildung (HAG)

Fortbildungsleiterin:	Gerlinde Meijer
Mentor:	Heribert Döring-Meijer
Vorgelegt von:	Susanne Keil de Pajares

Februar 2012

## Inhalt

1. Wichtige systemische Theorien und Grundprämissen	2
1.1 Die Autopoiese	2
1.2 Die personenzentrierte Systemtheorie	2
1.3 Der Konstruktivismus	3
1.4 Der soziale Konstruktivismus	4
1.5 Die Systemische Haltung	4
1.5.1 Empathie und Ressourcenorientierung	4
1.5.2 Allparteilichkeit, Neutralität und Neugier und die Erweiterung des Handlungsspielraumes	5
1.5.3 Das systemische Verständnis des Begriffs „Problem“	5
2. Mein Arbeitskontext	6
3. Möglichkeiten des Einsatzes systemischer Methoden im Alltag einer Tagesgruppe im Institut für Heilpädagogik und Erziehungshilfe e.V. in Heidelberg	7
3.1 Einsatz systemischer Interventionen im Elterngespräch - „Wenn du weißt, was funktioniert, mach mehr davon.“	7
3.2 Durchführung des Projekts: „Blick in die Sterne.“ - Eine Kombination aus systemischen Fragen und Kunst	10
3.3 Lernen für den Vokabeltest – die Erstellung eines Genogramms	14
4. Reflexion: Welche Auswirkungen hat die Fortbildung auf meinen beruflichen Alltag?	15
4.1 Veränderungen in der Vorgehensweise	15
4.2 Veränderungen meiner Wahrnehmung, Haltung und Interpretation	16
5. Reflexion: Welche Auswirkungen hat die Fortbildung auf mein persönliches Erleben?.....	17
Literaturverzeichnis .....	18
Anhang .....	19

# **1. Wichtige systemische Theorien und Grundprämissen**

Im Folgenden möchte ich die systemischen Theorien und Grundprämissen vorstellen, die für meine Arbeit mit den Kindern, Jugendlichen und ihren Familien im Institut für Heilpädagogik und Erziehungshilfe e.V.<sup>1</sup> in Heidelberg wichtig sind.

## **1.1 Die Autopoiese**

Die Biologen Maturana und Varela entwickelten ein Konzept, das sich mit den Eigenschaften lebender biologischer Systeme beschäftigt. Es besagt, dass lebende Systeme autonom sind. Jedem lebenden System wohnt eine Dynamik inne, die es erzeugt, reguliert und erhält, daher der Begriff „Autopoiese“<sup>2</sup>. Systeme werden durch die aktuelle Struktur bestimmt. Sie sind nach außen hin geschlossen, d.h. es wird kein Eindringling geduldet, und nutzen nur die eigenen vorhandenen Möglichkeiten. Sie können aber in einem bestimmten Maße Informationen aus der Umwelt aufnehmen und verwerten. Veränderungen von außen können daher nur angestoßen, nicht aber erzwungen werden.

Das Konzept wurde auf soziale und psychische Systeme übertragen. Für soziale Systeme bedeutet es, dass Eigenheiten oder ungewöhnliche Verhaltensweisen zunächst als für das System nützlich und für seine Struktur passend angesehen werden sollten. Wenn Veränderungsvorschläge von den Systemmitgliedern als zum System passend empfunden werden, besteht die Möglichkeit, dass sie angenommen und umgesetzt werden.

Beispiel aus der Tagesgruppe: ein sechsjähriger Junge kommt neu ins Institut. Er rennt laut rufend durch alle Räume, knallt mit den Türen und ist kaum zu bremsen. Jeder wundert sich, wieso er sich so verhält. Im Lauf der Zeit wird deutlich, dass sein Verhalten auch im Zusammenhang mit dem Verhalten der Mutter steht und dort als zum System passend angesehen werden kann.

## **1.2 Die personenzentrierte Systemtheorie**

Jürgen Kriz entwickelte einen Ansatz, bei dem er davon ausgeht, dass die Interaktionen zwischen Mitgliedern sozialer, selbstorganisierter Systeme nach bestimmten Mustern und Strukturen abläuft. Die Interaktionen werden von den Einzelnen individuell ausgeführt.

Er teilt die Kommunikation in drei Bereiche:

1. Die kommunikativen Handlungen, auch efferente Kommunikation genannt, die alle

---

1 Im Folgenden wird es zur besseren Lesbarkeit kurz als Institut bezeichnet. Zur besseren Lesbarkeit der Arbeit verwende ich die männliche Form, schließe aber die weibliche mit ein.

2 Autopoiese kommt aus dem Griechischen und bedeutet Selbst-Erzeugung.

Ausdrucksmöglichkeiten einer Person umfassen.

2. Die Wahrnehmung, auch als afferente Kommunikation bezeichnet, zu der alle Eindrücke einer Person zählen und an deren Gestaltung die Person aktiv beteiligt ist.

3. Die Gedanken und Gefühle, die sogenannte selbstreferente Kommunikation einer Person. Jede Person befindet sich im ständigen Austausch mit sich und seiner Umgebung.

Jeder Mensch ist in jedem Moment kurz mit allen drei Aspekten beschäftigt. Er kommuniziert, nimmt wahr und steht im Austausch mit sich selbst über das Kommunizierte und Wahrgenommene.

Aus diesen sehr flüchtigen Teilen bilden sich stabilere Strukturen und Muster, die dann immer wieder ähnlich ablaufen.

Kommt es in einem der drei Bereiche zu einer Störung, so werden die beiden anderen davon beeinflusst. Vor allem Wahrnehmung und innerer Dialog werden durch die gemachten Erfahrungen beeinflusst. Diese veranlassen eine Person, eine Situation zu deuten und dann entsprechend darauf zu reagieren. Durch die Fähigkeit der Selbstreflexion kann in die Kommunikationsprozesse eingegriffen werden.

Besonders in Familien laufen die genannten Prozesse in einer sehr großen Dichte und Schnelligkeit ab. Hier haben sich oft über lange Zeit durch die gemeinsame Geschichte gemeinsame Sinndeutungsmuster und Strukturen sowie Kommunikationsdynamiken entwickelt, die eine hohe Stabilität haben. Oft haben sich sogenannte Erwartungsstrukturen entwickelt. Es wird gar nicht mehr zu Ende gehört, was gesagt wird, sondern die Reaktion wird vorher schon ausgelöst, da das Situationsschema bekannt ist und etwas Bestimmtes erwartet wird. Man gibt dem Gegenüber also gar keine Chance, etwas anderes zu hören und dementsprechend auch einmal anders als erwartet zu reagieren.

Wichtig für die Beratung ist es demnach, ob es gelingt, eine Intervention einzubringen, die diese Muster durchbricht und dann eine Veränderung möglich werden kann.

Ein Beispiel aus der Praxis findet sich in Punkt 3.1

### **1.3 Der Konstruktivismus**

Konstruktivistische Erkenntnistheorien spielen in der systemischen Therapie und Beratung eine sehr wichtige Rolle. Sie besagen, dass die Welt, in der wir leben unsere Erfindung sei. Wir erleben die Welt nicht unmittelbar, sondern das, was unsere Sinnesorgane an uns weiterleiten, d.h. jeder nimmt die Welt anders wahr. Daraus ergibt sich, dass es eine allgemeingültige Wahrheit nicht geben kann. Jeder versucht sich das Leben in dieser Welt zu erleichtern und zu vereinfachen, indem er Erklärungskonzepte erarbeitet. Da jeder Mensch in

ein soziales Miteinander eingebunden ist, entsteht seine Wirklichkeit im Dialog mit den ihn umgebenden Menschen. Zu einem System gehörende Menschen finden gemeinsam eine Übereinstimmung, was als Wirklichkeit anzusehen ist. Sie konstruieren ihre Realität. Interessant ist inwieweit ein Individuum aktiv an diesem Konstruktionsprozess beteiligt ist. Aus dieser Sichtweise ergeben sich einige wichtige Schlüsse für die systemische Beratung: Jeder Anwesende hat eine eigene Wahrheit und alle Beschreibungen der Wirklichkeit sind „gleich gültig“, wenn auch vielleicht nicht gleich wünschenswert. Das Wissen, das wir haben, gilt für den Rahmen eines bestimmten Kontextes.<sup>3</sup>

#### **1.4 Der soziale Konstruktivismus**

Der Sozialpsychologe Gergen entwickelte den Ansatz des sozialen Konstruktivismus. Er geht davon aus, dass das Handeln eines Menschen sehr eng mit den gesellschaftlichen Prozessen zusammenhängt. Auch er sagt, dass es keine objektive allgemeingültige Wirklichkeit gibt. Besonders wichtig bei der Entstehung von „Realität“ ist bei dieser Theorie die Sprache. Erst durch die Konversation mit anderen wird eine Wirklichkeit entwickelt. Es entstehen Ideen, Möglichkeiten und Perspektiven, die für diese Gruppe als richtig gelten. Gibt nur noch einer den Ton an, wird der Raum für verschiedene Ansichten immer kleiner.

In der Beratung bedeutet dies, dass ein Symptom nicht nur den Zustand eines einzelnen beeinflusst, sondern den der gesamten Gruppe, in der das Symptom auftritt. Es kann also verschiedene Bedeutungen haben, stabilisierend wirken, dem Träger Macht geben, eine bisher ineffektive Problemlösung sein. Um die Funktion des Symptoms herauszufinden, sind zirkuläre Fragen hilfreich, da dabei alle Gruppenmitglieder einbezogen sind.

#### **1.5 Die Systemische Haltung**

Aus diesen Theorien ergibt sich eine systemische Haltung. Sie umfasst folgende Punkte, die ich hier zusammengefasst habe.

##### **1.5.1 Empathie und Ressourcenorientierung**

Ich nehme eine empathische Haltung gegenüber dem Klienten ein. Dazu gehört eine zugewandte Körperhaltung und die Herstellung und Aufrechterhaltung eines Blickkontaktes. Ich höre dem Klienten aktiv zu und spiegle ihm das Gesagte, um sicher zu sein, ihn richtig verstanden zu haben.

Ich gehe davon aus, dass der Klient viele Ressourcen, Kompetenzen und Möglichkeiten hat,

---

3 Hargens, 2006, S.22ff

aus denen sich auch eine Lösung entwickeln lässt.

### **1.5.2 Allparteilichkeit, Neutralität und Neugier und die Erweiterung des Handlungsspielraumes**

Ich ergreife für alle Familienmitglieder gleichermaßen Partei und erkenne die Verdienste und Bemühungen aller an.

Ich stehe den Personen, Ideen, Symptomen und Problemen neutral gegenüber, d.h. ich habe zwar eine eigene Meinung, sehe diese jedoch nicht als allgemeingültig an. Für mich ist es so, aber für meine Klienten kann es ganz anders sein.

Ich gehe davon aus, dass der Klient der Experte für sein Gebiet ist. Ich bin zunächst diejenige, die nichts weiß. Ich stelle respektvolle Fragen, um mein Wissen zu vergrößern. Ich würdige das, was mein Klient möchte, auch wenn es meinen Vorstellungen nicht entspricht. Ich bringe ihm Respekt und Wertschätzung entgegen. Ich versuche, die Logik des Systems zu verstehen. Jedes Verhalten ist in seinem Kontext sinnvoll.

Besonders wichtig für meine Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen erscheint mir die Achtung und die Wertschätzung der Eltern, da jedes Kind zu seinen Eltern eine tiefe Treue und Loyalität empfindet, gleichgültig wie die Bedingungen im Elternhaus waren oder sind.

Ich versuche den Handlungsspielraum zu erweitern, indem ich andere Möglichkeiten einbringe und anbiete.

### **1.5.3 Das systemische Verständnis des Begriffs „Problem“**

Für mich gehört auch ein systemisches Verständnis des Begriffs „Problem“ zu dieser Grundhaltung.

Nach systemischer Sichtweise von Goolishian und seinen Mitarbeitern hat nicht ein System ein Problem, sondern ein Problem erschafft ein System, das sich auf verschiedenen Ebenen, in ganz unterschiedlichen Handlungen verschiedener Akteure entwickeln kann. Es entsteht erst durch die Kommunikation über das Problem, d.h. erst wenn es Personen gibt, für die ein Verhalten ein unerwünschter und veränderbarer Zustand ist und sie sich darüber austauschen, gibt es ein Problem. Dann wird eine Erklärung für die Ursache des Problems gesucht, bei der es scheinbar keine Lösungsmöglichkeiten gibt. Und zu guter Letzt verhalten sich alle Systemmitglieder so, dass sich auch wirklich keine Lösung ergeben kann.

Ein Problem kann auch nützlich sein. So ist zu fragen, was das Gute am Problem sein kann, wer Vorteile davon hat, dass das Problem so vorhanden ist.

Ein Beispiel aus der Jugendhilfe: Ein Kind ist sehr unruhig. (Schon diese Beschreibung ist

problemorientiert. Ressourcenorientiert könnte ich sagen, das Kind bewegt sich sehr gerne und viel.) Wenn dies niemanden stören würde, gäbe es kein Problem. Da aber das Kind den Unterricht stört, weil es immer herumläuft oder reinruft, ist das Verhalten aus Sicht des Lehrers unerwünscht und zu verändern. Er nimmt also Kontakt zu den Eltern auf, die ihrerseits wünschen, dass das Kind sich an die Schulanforderungen anpasst, die verlangen, dass die Kinder stillsitzen und sich melden müssen. Hinzukommen dann vielleicht noch ein oder mehrere Therapeuten, die versuchen, dem Kind das Verhalten abzugewöhnen. Ändert das Kind sein Verhalten nicht, so tritt irgendwann die Jugendhilfe auf den Plan, das Kind kommt in eine Tagesgruppe.....Um das unruhige Verhalten des Kindes hat sich ein großes System entwickelt, alle Systemmitglieder mit dem Grundgedanken: „Die Unruhe des Kindes stört und muss verändert werden, indem sie, wie auch immer, beseitigt wird.“

## **2. Mein Arbeitskontext**

Ich arbeite seit elf Jahren als Diplom-Sozialpädagogin (FH) im Institut für Heilpädagogik und Erziehungshilfe e.V. in Heidelberg. Das Institut ist ein Träger der freien Jugendhilfe. Es bietet gemäß des SGB VIII Hilfen zur Erziehung: teilstationäre Hilfen, vollstationäre Hilfen, Hilfe für junge Volljährige, betreutes Wohnen und Fachleistungstunden an. Außerdem sind wir in der Schulsozialarbeit tätig. Zudem gibt es eine Praxisstelle für schulbezogene Krisenintervention für (vorübergehend) nicht regelbeschulbare Kinder- und Jugendliche. Die Praxisstelle ist vom Schulamt genehmigt und anerkannt und wird von den Jugendämtern finanziert. Im Institut werden Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis 18 Jahren betreut, sowie junge Volljährige, die sich in der Ausbildung befinden.

Im ersten Jahr der Fortbildung war ich in einer der Tagesgruppen und in der Schulsozialarbeit an einer Heidelberger Grundschule tätig. In dieser Tagesgruppe werden Kinder und Jugendliche im Alter von elf bis 18 Jahren, sowie einige junge Volljährige nachmittags im Anschluss an den Schulvormittag betreut.

Zu dem Zeitpunkt war ich die Bezugspädagogin für zwei 17-jährige männliche Jugendliche und ein 12-jähriges Mädchen. Hier hatte ich auch die regelmäßig stattfindenden Elterngespräche zu führen. Diese Elterngespräche dienen meist dazu, die aktuelle Situation zu besprechen, Absprachen zu treffen und den Kindern und Jugendlichen zu zeigen, dass es eine enge Zusammenarbeit zwischen Elternhaus und Institut gibt. In diese Gespräche lassen sich immer wieder systemische Interventionen integrieren, allerdings handelt es sich nicht um ein klassisches Beratungsgespräch mit entsprechendem Setting. Zudem haben die Eltern nicht

unbedingt ein Anliegen.

Auch im Tagesgruppenalltag ergaben sich immer wieder kleine Situationen, in denen ich systemische Methoden einsetzen konnte.

Im zweiten Jahr der Fortbildung war ich in Elternzeit und hatte nur noch bedingt Kontakt zu den Kindern und Jugendlichen. Fortführen konnte ich in einem Fall die Elterngespräche und hatte Kontakt zu einigen Kindern, da ich Samstags bei einem freiwilligen Lernangebot des Instituts mitarbeitete. Hier ergaben sich manchmal Gespräche, in denen ich systemische Fragen üben konnte und beim Lernen von englischen Vokabeln entstand auch einmal ein Genogramm. Auch über Internet hielt ich den Kontakt zu einigen aufrecht und auch hier ergaben sich manchmal Gelegenheiten, die systemischen Fertigkeiten zu üben. Seit den Herbstferien habe ich zusammen mit einer Kollegin ein Projekt mit einigen Kindern durchgeführt, in dem Kunst und systemische Fragen, die Suchprozesse auslösen, kombiniert werden.

Seit dem 09.12.2011 bin ich nun wieder in der Tagesgruppe tätig und kann wieder vermehrt systemische Methoden einsetzen und erproben. So entstand mit dem Mädchen, für das ich früher Bezugsbetreuerin war, ein Genogramm, da mir aufgefallen war, dass wir über die Familien der Eltern bisher kaum etwas wissen.

### **3. Möglichkeiten des Einsatzes systemischer Methoden im Alltag einer Tagesgruppe im Institut für Heilpädagogik und Erziehungshilfe e.V. in Heidelberg**

Da, wie bereits gesagt, die Durchführung eines systemischen Beratungsgesprächs mit allen dazugehörenden Schritten in meinem Arbeitskontext nicht möglich ist, möchte ich im Folgenden Möglichkeiten aufzeigen, bei denen man systemische Methoden in der Tagesgruppenarbeit mit Kindern und Jugendlichen anwenden kann. Ich habe mich für die drei folgenden Beispiele entschieden, die für mich gezeigt haben, wie der Einsatz systemischer Interventionen etwas bewirken kann.

#### **3.1 Einsatz systemischer Interventionen im Elterngespräch - „Wenn du weißt, was funktioniert, mach mehr davon.“**

Zum besseren Verständnis beschreibe ich zunächst die Ausgangssituation.

K<sup>4</sup> wurde zum Zeitpunkt des Elterngesprächs im Mai 2010 seit etwa eineinhalb Jahren im

---

4 Alle Namen werden zur Anonymisierung abgekürzt.



Institut betreut. Er war 17 Jahre alt. Mit seinem Vater und ihm führten ein Kollege und ich regelmäßig einmal im Monat ein Gespräch. Die Eltern lebten getrennt, die Mutter weiter weg, so dass die Gespräche in den meisten Fällen nur mit Vater und Sohn stattfanden. Zu Hause eskalierte die Situation immer wieder, da sich der Sohn nicht an die Regeln hielt, was den Vater zur Weißglut trieb. Der Vater rief oft bei mir an, um von Ereignissen zu berichten und Unterstützung zu bekommen. Der Vater versuchte den Sohn so weit wie möglich zu kontrollieren und ließ ihm wenig Raum für eigene Entwicklungsschritte. So wurde z.B. auf Wunsch des Jugendlichen und zur Förderung seiner Selbstständigkeit vereinbart, dass er morgens selbstständig aufsteht. Verschläft er, muss er auch die Konsequenzen in der Schule tragen. Das Einhalten dieser Abmachung fiel dem Vater äußerst schwer, was wiederum den Sohn verärgerte.

Bis zu diesem Zeitpunkt ist es fast jedes Mal so, dass die Gespräche sich derart entwickelten, dass Vater und Sohn sich gegenseitig verschiedene Fehlritte vorwarfen, die schon längst verjährt waren, aber trotzdem nicht verziehen. Für meinen Kollegen und mich war es immer schwierig, zu konstruktiven Ergebnissen zu kommen, da die beiden sich einen Schlagabtausch lieferten. Die in den Gesprächen getroffenen Absprachen wurden oft nur kurzfristig eingehalten und hatten keine positiven Veränderungen zur Folge.

Dann kam mir im Zuge der Fortbildung die Idee, im nächsten Gespräch durch entsprechende ressourcenorientierte Fragen dafür zu sorgen, dass im Mittelpunkt die positiven Entwicklungen der letzten Tage und Wochen stehen.

Dies gelang uns auch. Bereits zu Beginn des Gespräches legten wir fest, dass der Schwerpunkt auf den positiven Ereignissen liegen sollte, da wir das, was nicht gut liefere bereits oft besprochen hätten, ohne dass sich etwas verändert hätte. Ergebnis war, dass der Vater während des ganzen Gesprächs etwas verwirrt wirkte und nicht soviel redete wie in den vorhergehenden Gesprächen. Es schien für ihn ganz neu zu sein, dass nicht das Fehlverhalten Ks im Mittelpunkt steht, sondern, die gut gelaufenen Dinge. K wirkte deutlich entspannter und hatte einiges an positiven Entwicklungen zu berichten, z.B. dass das Wochenende gut gelaufen sei, dass der Vater ihm wieder mehr vertraue. Auch dem Vater fallen Dinge ein, die in der letzten Zeit gut gelaufen sind, z.B. Absprachen, an die sich K gehalten hat, seine Mithilfe im Haushalt, die Ordnung im Zimmer oder der Umgang mit Alkohol.

Auch eine Gemeinsamkeit von Vater und Sohn konnte im Gespräch erarbeitet werden: beide mögen Musik.

Zum Abschluss des Gespräches las ich beiden noch einmal die gesammelten positiven Punkte vor und gab ihnen mit auf den Weg von diesen vielen Dingen, die jetzt schon gut geklappt

haben, noch mehr zu machen, nach dem Motto: „Wenn du weißt, was funktioniert, mach mehr davon.“<sup>5</sup>

Eine Konsequenz dieses Gespräches war, dass es kaum noch Beschwerde- oder Hilfeanrufe von Seiten des Vaters gab und auch K entspannter wirkte und kaum noch von Zusammenstößen mit dem Vater berichtete.

Die Hilfe für K endete im Juli 2010, nachdem er die mittlere Reife so gut abgeschlossen hatte, dass er auf eine weiterführende Schule gehen konnte mit dem Ziel, das Abitur zu machen. K fiel die Entscheidung, wieder nach Hause zu ziehen aufgrund der früheren Erfahrungen mit den Eltern schwer. In einer Drei-Felder-Aufstellung konnte er für sich eine für ihn passende Lösung finden. Er konnte sich sehr gut auf das Angebot einlassen, kam ins Fühlen und so zu einem Ergebnis, zu dem ich ihm in einem reinen Gespräch nicht geraten hätte.

### **Reflexion:**

Dieses Gespräch fand statt, als die Fortbildung gerade erst begonnen hatte. Direkt nach dem Gespräch waren mein Kollege und ich froh über den Verlauf, da es das erste wirklich konstruktive Gespräch war und das langfristige Ergebnis war auch zufriedenstellend – die Situation zu Hause schien sich entspannt zu haben.

Während der Drei-Felder-Aufstellung konnte ich für mich feststellen wie wichtig es ist, dass man sich als Berater mit Ratschlägen zurückhält und nicht erwarten darf, dass einen die Lösungen der Klienten zufriedenstellen müssen. Der Klient bestimmt, was für ihn eine gute Lösung ist.

Jetzt im Rückblick hätte ich viele Ideen wie wir mit Vater und Sohn in den Gesprächen hätten arbeiten können, so dass manche Eskalationen zu Hause vielleicht allen erspart geblieben wären und sich bei beiden wieder mehr Respekt und Zuneigung für den anderen hätte entwickeln können. Damals habe ich zu Beginn der Gespräche noch keine Auftragsklärung für das jeweilige Gespräch gemacht. Dies hat sich in meinen jetzigen Elterngesprächen als sehr positiv erwiesen, da ich immer einen Überblick behalte über das, was ansteht und ich am Ende auch immer ein Ziel erreicht habe, wenn die Aufträge zur Zufriedenheit aller besprochen sind. Zudem wäre die Erstellung eines Genogramms hilfreich gewesen. Mit Hilfe der zirkulären Fragen hätte man die Sichtweisen des jeweils anderen besser verständlich machen können. Skalierungsfragen wären auch ein hilfreiches Mittel gewesen, um die aktuelle Situation jeweils bewerten zu lassen und Übereinstimmungen oder Differenzen zwischen den beiden zu finden und festzustellen, was bereits gut läuft. Auch die Stellung der Wunderfrage

---

5 Hargens, 2009, S.19, Döring-Meijer, 2007

wäre hier eine Methode gewesen. Mit K hätte ich weitere kleinere Aufstellungen machen können, so dass es ihm vielleicht möglich geworden wäre, mehr Empathie für andere zu entwickeln. Zusammenfassend möchte ich festhalten, dass bei diesen beiden Gesprächspartnern eine große Offenheit für „neue“ Interventionen bestanden hat und eine solche Offenheit sehr hilfreich ist für die Entstehung von Veränderungen für die Beteiligten.

### **3.2 Durchführung des Projekts: „Blick in die Sterne.“ - Eine Kombination aus systemischen Fragen und Kunst**

Während des Blockwochenendes im Juli 2011 kam mir die Idee zu diesem Projekt. Seit Längerem habe ich einen großen Kalender mit sehr beeindruckenden Bildern aus dem All, den ich gerne in einem Projekt mit einigen Kindern und Jugendlichen des Institutes verarbeiten wollte, so dass jeder Teilnehmer am Ende ein verarbeitetes Sternbild mitnehmen kann. In diesem Ausbildungsblock wurden nun Fragen erarbeitet, die Suchprozesse auslösen können.

So kam mir die Idee, aus diesen beiden Teilen ein Projekt zu erarbeiten, dessen Ziel es sein sollte, die Jugendlichen durch Fragen zu ermutigen, für sich selber Zukunftsideen, Wünsche und Träume zu entwickeln und aus dem Sternbild und den Visionen eine Collage zu basteln, die sie immer wieder an ihre Ideen erinnern kann. Wichtig für mich war diese Kombination aus Gespräch und praktischen künstlerischen Anteilen, da für viele Kinder und Jugendliche ein reines Gespräch doch abschreckend wirken kann.

Zunächst wollte ich dieses Projekt nur mit Jugendlichen durchführen. Da ich es aber mit einer Kollegin zusammen durchführen wollte, die eine kunsttherapeutische Zusatzqualifikation hat, ergab es sich, dass wir eine Gruppe aus zwei Jungen im Alter von acht und neun Jahren und zwei Mädchen im Alter von 12 und 13 hatten

Bisher hatte ich nur einen Fragebogen für die Älteren erstellt. Da ich es für die Jüngeren als anspruchsvoll genug empfand, sich mit ihrer Gegenwart zu beschäftigen, änderte ich für sie den Fragebogen entsprechend ab.<sup>6</sup>

Das Projekt war zeitlich für etwa vier Nachmittage angelegt. Da es immer wieder dazu kommen konnte, dass jemand fehlte, musste mit den Terminen flexibel umgegangen werden.

Folgende systemische Methoden flossen in das Projekt ein:

- systemische Fragen, die Suchprozesse auslösen: zur Entwicklung möglicher Zukunftsideen
- zirkuläre Fragen: damit die Kinder und Jugendlichen üben, sich in andere hineinzusetzen

---

6 Die Fragebögen befinden sich im Anhang.

- das gemeinsame Packen eines Fähigkeitenrucksacks (das Rad der Einflüsse): erfahren, welche Fähigkeiten habe ich - aus der Sicht der anderen. Wie ist es, Positives über sich selber zu hören? Was macht das mit mir? Wie ist es, etwas Positives über jemand anderen zu sagen? Was macht das mit demjenigen?
- Externalisierung: Jeder Teilnehmer setzt seinen „Fähigkeitenrucksack“ auf und versucht zu spüren wie es sich anfühlt, so viele Fähigkeiten und positiven Seiten zu haben
- ressourcenorientierte und lösungsorientierte Fragen: Schwerpunkt des Projektes liegt auf den positiven Seiten der Teilnehmer
- Einsatz von Symbolen: Jeder erhält zum Abschluss einen kleinen Edelstein als Stellvertreter für die eigenen Ressourcen.

## **1. Nachmittag**

Zunächst erarbeiteten wir in einem gemeinsamen Gespräch, worum es in diesem Projekt gehen sollte, was auf den Kalenderbildern zu sehen ist, was ein Blick in die Sterne alles bedeuten kann, also astronomisch und astrologisch gesehen und was das Projekt damit zu tun hat. Dann durfte jeder sich ein Kalenderbild aussuchen.

Im Anschluss erhielt jeder einen Fragebogen. Die beiden Mädchen zogen sich zurück und bearbeiteten ihre Bögen in einem anderen Raum. Mit viel Gelächter und „Gegacker“ gingen sie an die Fragen heran und waren erleichtert, dass kein Erwachsener die Antworten wissen wollte, sondern dass sie die Fragen nur für sich allein beantworten konnten. Die Wahrung ihrer Privatssphäre erschien mir wichtig, da sie so nur zu sich selber ehrlich sein mussten und so erste mögliche Zukunftsideen entstehen konnten.

Mit den beiden Jüngeren bearbeiteten wir die Fragebogen gemeinsam, da ihnen das Lesen und das schriftliche Verfassen der Antworten noch sehr schwer fällt. Hier war es sehr spannend zu sehen inwieweit sie sich auf die Fragen einlassen konnten. M gelang dies deutlich besser als L, der nach einigen Fragen nur noch mit „Das verrate ich nicht.“ antwortet. Ich versuchte mit zirkulären Fragen doch noch Antworten zu erhalten, aber auch hier blieb er standhaft.

Die Kalenderbilder sollten auf einen mit Stoff bespannten Rahmen geklebt werden, so dass alle damit begonnen, einen Rahmen für das Bild zu bauen.

Zum Schluss machte ich von jedem ein Foto an einem Lieblingsplatz auf dem Gelände des Institutes. Dieses Foto sollte später in die Collage eingearbeitet werden.

## **2. Nachmittag**

Die Rahmen wurden fertiggestellt und die Grundierung aufgetragen.

Bei einem Peergroup-Treffen haben wir die Methode „Das Rad der Einflüsse“ umbenannt in

einen „Fähigkeitenrucksack“, den man immer bei sich tragen kann. Einen solchen wollte ich nun mit den Teilnehmern für jeden Einzelnen erstellen. Hierzu hatte ich vier große Papierbögen vorbereitet, auf die die Namen geschrieben wurden. Nacheinander wurde jedes Papier in die Mitte gelegt und jeder durfte zu dem Betreffenden alles Positive sagen, was ihm einfiel. Hier ergab sich die Schwierigkeit, dass die Teilnehmer im Alltag nicht alle viel miteinander zu tun haben und so nicht viel übereinander sagen konnten. Der Altersunterschied stellte eine weitere Schwierigkeit dar, da die Jungen zur Zeit Mädchen im Allgemeinen nicht mögen und die Mädchen zu den beiden „kleinen“ Jungen auch nicht viel sagen konnten. So füllten die Mädchen ihre Papiere mit vielen positiven Fähigkeiten und Ressourcen. Den Jungs gelang es zum Teil, sich darauf einzulassen, sie gerieten aber immer wieder in die Aufzählung von negativen Seiten. Bei M konnte auch meine Kollegin einiges beisteuern, da sie seine Bezugspädagogin ist. L kann mit der Aktion nicht so gut umgehen und klinkt sich irgendwann aus. Nach einigen Überlegungen kam ich zu dem Schluss, dass es L überfordern würde, beim nächsten Mal wieder mit der Erstellung konfrontiert zu werden und bat Kollegen, die viel mit L zu tun haben, positive Eigenschaften und Fähigkeiten aufzuschreiben, so dass ich seinen Fähigkeitenrucksack fertigstellen konnte.

### **3. Nachmittag**

An diesem Tag fehlten die beiden Mädchen, so dass wir nur mit M und L arbeiten konnten. Wir wiederholten kurz, was wir bisher gemacht hatten. Dann las ich L den Inhalt seines Fähigkeitenrucksacks vor. Auf die Frage hin, wie es sich anfühlt, soviel Positives über sich selber zu hören, antwortete M spontan „Gut“ und strahlte. L strahlte und grinste ebenfalls und meinte „Scheiße“. Seine Gesichtsausdruck zeigte, dass er das Gegenteil meinte.

An diesem Nachmittag klebten beide ihre Sternbilder auf und malten ihre Collagen.

### **4. Nachmittag**

An diesem Nachmittag fiel ich aus und so klebte meine Kollegin mit den beiden Jungs ihre Fotos auf die Collage und ließ jeden sich einen Edelstein aussuchen als Erinnerung an ihre Ressourcen und Fähigkeiten. Die beiden Mädchen fehlten ebenfalls.

### **5. Nachmittag**

An diesem Nachmittag fehlte meine Kollegin und die beiden Jungs waren schon fertig mit ihren Bildern, also arbeitete ich mit den beiden Mädchen. Wir erinnerten uns gemeinsam an das, was gemacht wurde und gingen auch die Fragen des Fragebogens durch. D hatte ihren Fragebogen mit den Antworten immer noch dabei, J hatte ihn zu Hause. Obwohl ich beiden versicherte, dass ich ihre Antworten nicht hören muss, fingen beide an zu erzählen und es ergab sich ein sehr intensives und offenes Gespräch über ihre Ideen und Wünsche, über

Vergangenes und über ihre Familien. Hierbei konnte ich das zirkuläre Fragen ausgiebig üben. Dann begannen beide aus ihren Bildern ihre Collage zu erstellen. Es wurde aber schnell deutlich, dass sie einen weiteren Nachmittag für die Fertigstellung benötigen würden.

## **6. Nachmittag**

An diesem Nachmittag stellten beide ihre Bilder fertig. Da zwischen dem letzten und diesem Treffen längere Zeit vergangen war, wiederholten wir noch einmal, was wir alles gemacht hatten. Mit großem Spaß ergänzten die beiden Mädchen ihre Fähigkeitenrucksäcke. Um die Fähigkeiten einmal plastisch fühlbar werden zu lassen, erhielten sie nacheinander einen leeren Rucksack und die Aufforderung, die Augen zu schließen und sich nur auf ihr Gefühl zu konzentrieren. Zusammen mit dem anderen Mädchen füllten wir den Rucksack nach und nach mit den Fähigkeiten des Plakats und lasen sie dabei laut vor. Als der Rucksack gut gefüllt war, fragte ich wie es sich anfühlt und bat sie, sich dieses Gefühl gut zu merken für Situationen, in denen es ihnen schlecht geht oder sie vielleicht nicht weiter wissen.

Zum Abschluss durften auch sie sich einen Edelstein aussuchen.

## **Reflexion**

Die Durchführung dieses Projektes hat mir viel Spaß gemacht. Eigentlich war das Projekt für Jugendliche gedacht, aber auch schon die beiden Jüngeren konnten zum Teil auf die Fragen und die anderen angewendeten Methoden eingehen. Allerdings war die Aufmerksamkeitsspanne der Jüngeren doch manchmal sehr kurz. Bei L stieß ich immer wieder auf Widerstand – hier wäre es nötig, noch einmal anders anzusetzen. Eine Möglichkeit wäre die Arbeit mit dem Familienbrett. Dabei könnte man mit ihm ins Gespräch kommen und würde vielleicht mehr erfahren als durch den Fragebogen.

M konnte sich gut auf die Fragen und die anderen Angebote einlassen.

Ein Nachteil bei der Gruppe war der große Altersunterschied, durch den die Teilnehmer nicht viel miteinander zu tun hatten und auch nicht viel miteinander anfangen konnten.

Die beiden Mädchen hatten viel Spaß bei dem Projekt. Das Gespräch am fünften Nachmittag war sehr intensiv und sehr offen. Dies ergab sich dadurch, dass die beiden von sich aus über ihre Antworten sprechen wollten. Wären die beiden Jungen dabei gewesen, wäre ein solches Gespräch nach den Erfahrungen des zweiten Nachmittags wohl nicht möglich gewesen. Beide waren zunächst erstaunt darüber, wie ich meine Fragen formulierte, konnten jedoch gut damit umgehen. Wenn ich mit den beiden im Gespräch bleibe, können sie für sich gute Ideen für ihre Zukunft entwickeln.

Sollte ich dieses Projekt noch einmal wiederholen, würde ich eine homogenere Gruppe zusammenstellen, denn nur dann können wirklich tiefgehende, konstruktive Gespräche

entstehen, in denen jeder sich auch ernstgenommen fühlt und so etwas für sich mitnehmen kann. Wohl gemerkt kann, schließlich ist es nur ein Angebot und jeder Teilnehmer macht das für ihn Richtige daraus und nimmt das für ihn Wichtige mit.

### **3.3 Lernen für den Vokabeltest – die Erstellung eines Genogramms**

Wie bereits erwähnt, kam ich auch während der Elternzeit Samstags immer für zwei Stunden ins Institut und unterstützte meinen Chef bei einem freiwilligen Lernangebot.

Auch hier ergaben sich in Gesprächen immer wieder Situationen, in denen ich z.B. zirkuläre Fragen einsetzen konnte. Das letzte Beispiel, das ich hier gerne vorstellen möchte, ergab sich aus dem Lernen englischer Vokabeln. Der elfjährige T musste für einen Test Vokabeln lernen, bei denen ein Teil die Wörter für die verschiedenen Familienmitglieder umfasste. Zur besseren Übersicht und auch, damit die Wörter nicht mehr so abstrakt waren und er sie sich deshalb besser merken konnte, malte ich spontan einen Stammbaum auf einen Zettel und wir beschrifteten ihn mit den passenden englischen Begriffen. Dann fügten wir die Namen, Wohnorte und das Alter seiner Familienmitglieder hinzu. Einige Fragen zu den Familienmitgliedern stellte ich auf Englisch, so dass auch dieser Teil nicht zu kurz kam. Hinzu kamen aber auch Fragen zu Tanten und Onkeln, Hochzeits- und Trennungsdaten, wer wo wohnt und v.a. auch Fragen über Beziehungen, wen er gerne mag, ob es z.B. Lieblingstanten -oder onkels gibt, wer für ihn wichtig ist und für wen er wichtig ist. Ich konnte zirkuläre Fragen anwenden. T erzählte einiges, was ich bisher noch nicht gewusst hatte. Innerhalb kurzer Zeit hatten wir ein buntes Familienbild erstellt, aus dem deutlich wurde, dass T gut in seine Familie eingebunden ist. Zum Schluss sagte ich ihm, dass er stolz sein könne, eine so tolle Familie zu haben.

Trafen wir danach aufeinander, ergaben sich ganz neue Anknüpfungspunkte für Gespräche. Da T sonst eher ein zurückhaltender Junge ist, der von sich aus wenig erzählt, war es ein besonders schönes Erlebnis als er an einem Nachmittag als ich schon wieder arbeitete von sich aus auf mich zukam, mir stolz seinen Bunsenbrennerführerschein zeigte und dabei strahlte.

#### **Reflexion**

In dieser kurzen Sequenz zeigt sich, wie einfach sich systemische Methoden in den Alltag einbauen lassen und welche Wirkungen sie haben können. Ich nehme mir allerdings nicht heraus zu behaupten, dass dies immer der Fall sein muss. Wichtig ist es, dass man genügend Zeit hat, um nicht mitten in einem Gespräch oder der Erstellung eines Genogramms weggehen zu müssen. Manchmal kann man sich die Zeit nehmen für eine Intervention und

manchmal ergibt sich eben spontan beim Lernen eine Möglichkeit und manchmal reichen einige zirkuläre Fragen, um etwas anzustoßen.

## **4. Reflexion: Welche Auswirkungen hat die Fortbildung auf meinen beruflichen Alltag?**

### **4.1 Veränderungen in der Vorgehensweise**

Seit fast zwei Jahren mache ich nun die Fortbildung zur systemischen Beraterin. Im Lauf dieser Zeit konnte ich einiges von dem, was wir gelernt haben in meinem beruflichen Alltag einsetzen, wenn auch noch viele Möglichkeiten darauf warten, anders als bisher angegangen zu werden. Zuerst waren es eher kleinere Sequenzen, bei denen sich z.B. ein Gespräch durch den Einsatz systemischer Fragen anders entwickeln konnte oder ich mit der Durchführung einer Drei-Felder-Aufstellung zur Lösungsfindung beitragen konnte, wobei der Jugendliche eben im Gegensatz zu sonst keine Ratschläge erhielt „Mach es doch so.“ oder „Tu dies, dann klappt es schon.“, sondern sich seine Lösung selber erarbeitete und damit sehr zufrieden war. Die meisten Einsätze von systemischen Methoden ergaben sich spontan, so wie sich bei uns im Tagesgruppenalltag viele Gespräche spontan ergeben und man auf die Bedürfnisse der Jugendlichen reagieren muss.

Die größten Veränderungen ergaben sich bei mir in den Elterngesprächen, in denen ich das in der Fortbildung Gelernte gut anwenden konnte. So fing ich an, jedes Elterngespräch in Anlehnung an den Ablauf eines Erstgespräches zu strukturieren. Zunehmend wurde und ist es mir wichtig, die Anliegen der Beteiligten zu erfragen und unsere Anliegen, die wir aufgrund des Gesprächscharakters auch immer haben, hinzuzufügen. Zunächst versuche ich immer mit einem Anliegen der Eltern oder Jugendlichen zu beginnen. Während des Gesprächs fasse ich das Gesagte immer wieder zusammen und frage nach, ob ich alles richtig verstanden habe. Oftmals setze ich zirkuläre Fragen ein, um die verschiedenen Sichtweisen der Teilnehmer herauszuarbeiten. Skalierungsfragen bieten die Möglichkeit, herauszufinden, wo sich der Befragte gerade befindet und wo er gerne hin möchte.

Am Ende des Gesprächs fasse ich die Ergebnisse auch immer noch einmal zusammen und kläre, ob alle damit im Moment zufrieden sind. Fast immer ergeben sich „Hausaufgaben“, z.B. das Notieren der Pünktlichkeit oder den Auftrag, in der nächsten Woche auf jeden Fall keine Punkte zu sammeln. (Bei uns können die Jugendlichen Punkte sammeln, z.B. für das Erledigen der Hausaufgaben, die Ordnung oder die Teilnahme im Freizeitprogramm. Diese Punkte können dann in Geld umgewandelt werden.)



In den kommenden Gesprächen könnte ich zudem fragen, was ich konkret beitragen kann, damit die Anliegen in Ziele umgewandelt werden können.

Im Umgang mit den Jugendlichen verwende ich oft systemische Fragen, um ihre Sichtweisen besser nachvollziehen zu können oder um ihre Empathiefähigkeit zu fördern, denn für etliche ist es sehr schwierig, sich in andere hineinzusetzen. Allerdings ist es auch wichtig, nicht immer nur systemisch vorzugehen, sondern sich auch einfach mal so mit den Jugendlichen zu unterhalten, denn sie kommen nicht zu einer Beratung zu uns, sondern leben ganz oder teilweise bei uns. Wichtig ist es aber, die sie umgebenden Systeme im Hinterkopf zu haben.

#### **4.2 Veränderungen meiner Wahrnehmung, Haltung und Interpretation**

Besonders eindrücklich für mich ist die Ansicht Hellingers, dass alle Kinder ihren Familien treu sind, gleichgültig, was dort passiert ist. In der Arbeit mit den Kindern, Jugendlichen und ihren Familien sollte man stets die Achtung, den Respekt vor den Eltern bewahren und im Hinterkopf haben, dass sie als Eltern immer an erster Stelle stehen, selbst wenn die Kinder mehr Zeit mit uns verbringen als zu Hause und es für ihre Entwicklung sicherlich sehr hilfreich ist, dass sie bei uns sind. Ich versuche, den Kindern und Jugendlichen beispielsweise bei der Genogrammarbeit zu vermitteln, dass es gut ist, eine Familie hinter sich zu haben.

Verändert hat sich auch die Offenheit gegenüber den oft anderen Sichtweisen der Jugendlichen. Ich versuche ihre Wahrnehmung der Wirklichkeit zu respektieren, auch wenn sie nicht meinen Vorstellungen entspricht. Daraus ergibt sich auch, dass ich besser damit umgehen kann, wenn sie Angebote von uns nicht wahrnehmen und dadurch, z.B. in der Schule nicht so gut dastehen. Dies gilt jedoch für die Älteren. Aber auch bei den Jüngeren überlege ich, was noch dahinter stecken kann, wenn sie für die Angebote nicht offen sind. Bei einigen zeigt sich, dass sie soviel mit ihrer Familie beschäftigt sind, dass z.B. für das Lernen in der Schule gar kein Platz mehr ist.

Ich versuche weniger Tipps und Ratschläge zu geben, sondern sie bei der Entwicklung einer Lösung zu unterstützen.

Auch im Austausch mit meinen Kollegen über die Kinder und Jugendlichen versuche ich, einen systemischen Blick auf das Ganze zu haben und nicht nur auf das, was uns gerade präsentiert wird. Es ist immer wieder hilfreich, gedanklich die Familie des Betroffenen mit einzubeziehen, denn immer wieder ergeben sich daraus neue Möglichkeiten der Interpretation eines Verhaltens. Und manchmal entsteht das Bild, dass wir zwar mit den Kindern und Jugendlichen arbeiten und uns manchmal auch verkämpfen können, aber wir nichts erreichen werden, solange sich in der Familie nicht etwas ändert, wodurch sich für den Betroffenen

dann auch neue Verhaltensmöglichkeiten ergeben können.

Zusammenfassend kann ich sagen, dass die Fortbildung zur systemischen Beraterin einen großen Einfluss auf mein berufliches Arbeiten hat. Zweifelsohne gibt es noch viele weitere Möglichkeiten, systemische Methoden in meinem Alltag mit den Kindern und Jugendlichen einzusetzen, die es noch zu entdecken gibt.

## **5. Reflexion: Welche Auswirkungen hat die Fortbildung auf mein persönliches Erleben?**

In den letzten zwei Jahren hat mich die Fortbildung nicht nur beruflich, sondern auch mein persönliches Erleben und damit natürlich auch mein Leben beeinflusst.

Durch die Genogrammarbeit kam ich mit meinen Eltern intensiver ins Gespräch und bis jetzt ergeben sich immer wieder einmal neue Fragen, auf die beide gerne eingehen und erzählen. Die Aufstellung meiner Ursprungsfamilie und auch die anderen Aufstellungen haben mir geholfen, Geschehnisse an dem Platz zu belassen, an den sie gehören und an die Person zurückzugeben, zu der sie gehören.

Einfluss haben auch immer wieder die Spiegelgesetze auf meinen Alltag, indem ich überlege, was meine Anteile sind, was von meinem Gegenüber kommt und was davon zu mir oder zu ihm gehört, was lasse ich an mich heran und was gebe ich wieder zurück, ohne mich darüber zu ärgern.

Hilfreich für Auseinandersetzungen mit mir selber haben sich auch schon kleinere Aufstellungen, z.B. eine Kurzform der Drei-Felder-Aufstellung erwiesen.

Und so gibt es immer wieder Situationen, in denen der eine oder andere Gedankengang systemische Wege geht und ich so zu meinen Lösungen komme.

Ich habe vor, mich auch zukünftig systemisch fortzubilden, allerdings nicht in der nächsten Zeit. Die wird ganz meiner Familie und der Arbeit gehören. Da ich erst im Dezember wieder angefangen habe zu arbeiten, bin ich gerade damit beschäftigt, Familie und Arbeit unter einen Hut zu bekommen und allen gerecht zu werden, v.a. meiner kleinen Tochter – und das ist bei nie durchschlafenen Nächten eine ausfüllende Betätigung.

## **Literaturverzeichnis**

**Döring-Meijer, Heribert:** Ressourcenorientierung – Lösungsorientierung, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 1999

**Hargens, Jürgen:** Bitte nicht helfen! Es ist auch so schon schwer genug, Carl-Auer Verlag-Systeme, Heidelberg, 7.Auflage, 2009

**Hargens, Jürgen:** Systemische Therapie... und gut, Ein Lehrstück mit Hägar, Verlag modernes lernen, Dortmund, 3.Auflage, 2006

**Knorr, Michael (Hrsg.):** Aufstellungsarbeit in sozialen und pädagogischen Berufsfeldern, Die andere Art des Helfens, Carl-Auer-Systeme Heidelberg, 2004

**von Schlippe, Arist, Schweitzer, Jochen:** Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung, Vandenhoeck& Ruprecht, Göttingen, 5.Auflage, 1998

## **Anhang**

### **Projektkonzept „Blick in die Sterne“**

Ziel: Erstellung einer Collage, auf der Ideen, Wünsche, Träume, Vorstellungen... für die Zukunft und Gegenwart eingearbeitet werden.

#### **1. Nachmittag**

Vorstellung des Projekts und des Ablaufs

Allgemein überlegen, was Ressourcen oder Fähigkeiten sein können

Fragebogen vorstellen. Fragebogen ausfüllen, alleine, zu zweit oder mit Erwachsenen

→ Dabei erste Ideen, Träume, Vorstellungen, Wünsche, die eigene Zukunft betreffend, entwickeln

Fotos von jedem einzelnen machen für den zweiten Nachmittag.

Jeder sucht sich ein Kalenderbild aus und baut den Rahmen zusammen.

#### **2. Nachmittag**

Fertigstellen der Rahmen, Bespannen und Grundieren

Fotos vorstellen, gemeinsam überlegen, welche Ressourcen, Fähigkeiten, Wünsche... die Person haben könnte.

Für jeden auf ein großes Papier aufschreiben.

#### **3. Nachmittag**

Jeder bastelt mit dem Sternbild eine Collage.

Fotos auf das Sternbild aufkleben/ in die Collage einarbeiten.

Einarbeiten in die Collage, was ihnen wichtig ist, Ressourcen, Wünsche...

#### **4. Nachmittag**

Fertigstellen der Collagen.

Fähigkeitenrucksack aufsetzen und spüren lassen

Verteilung kleiner Edelsteine als Erinnerung an die eigenen Fähigkeiten

## Fragebogen 1

1. Welchen Traum würdest du dir in der Zukunft gerne erfüllen, angenommen es gäbe keine Schwierigkeiten, Hindernisse.....
2. Welche Personen sind für dich wichtig? Sind sie das auch in der Zukunft?
3. Für welche Personen bist du wichtig?
4. Was kannst du besonders gut?
5. Was meinst du, sagen deine Freunde, was du gut kannst?
6. Was möchtest du in der Zukunft gut können?
7. Was meinst du, was du in der Zukunft hilfreich wäre, wenn du es könntest?
8. Was meinst du, was deine Eltern sagen, was in der Zukunft hilfreich wäre, wenn du es könntest?
9. Gab es in der Vergangenheit eine Situation, in der du dich so richtig sawohl gefühlt hast und die du gerne wiederholen würdest? Was hattest du da gemacht? Wie hat es sich angefühlt?
10. Welchen Geruch von heute/früher findest du heute immer noch angenehm? Woran erinnert er dich? Meinst du das wird in der Zukunft auch so sein?
11. Wenn du auf eine einsame Insel gehen würdest, was wäre das wichtigste, das du mitnehmen würdest?
12. Stell dir vor du bist 20: Wie sieht dein Leben aus? Was machst du? Welche Personen von früher sind heute noch wichtig für dich? Welche heutigen Fähigkeiten nutzt du immer noch? Gibt es neue Fähigkeiten, die du hast?...

## Fragebogen 2

1. Welche Personen sind für dich wichtig?
2. Für welche Personen bist du wichtig?
3. Was kannst du besonders gut?
4. Was meinst du, sagen deine Freunde, was du gut kannst?
5. Wann hast du dich schon mal richtig gut gefühlt?  
Was hattest du da gemacht?  
Könntest du es wiederholen?  
Wie hat es sich genau angefühlt?
6. Gibt es einen Geruch, der dir gefällt? Welcher ist das?  
Woran erinnert er dich?
7. Wenn du auf eine einsame Insel gehen würdest, was wäre das wichtigste, das du mitnehmen würdest?
8. Hast du einen Traum, was du in der Zukunft gerne mal machen würdest?