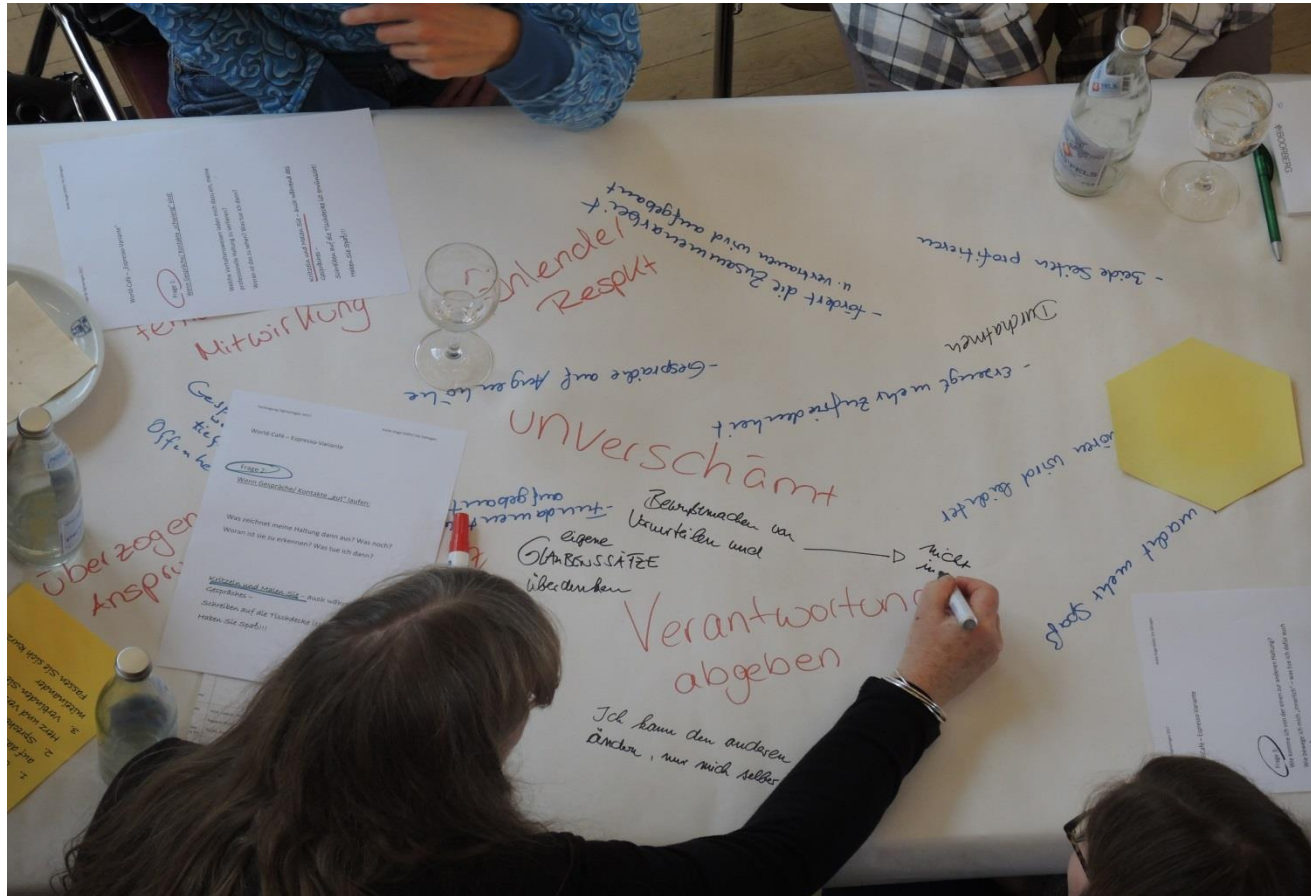


Präsentation der Ergebnisse
der Großgruppenmethode vom Fachtag am
29.11.2017 zum Thema:

**„Eltern erreichen“
Von der Kunst, wirksam zu
werden.**



WORLD-CAFÉ – „ESPRESSO-VARIANTE“

Laden

Freundlichkeit
im Umgang miteinander

Perspektivenwechsel

Akzeptanz

Schwierige Themen dürfen
angesprochen werden.

Gespräch
pausieren

Ersthaftigkeit

Gedanken
abschalten

Empathie
für
Anderen

Zeit mehr an
investieren
Anstrengende Motivation

Selbstreflexion

Vertrauensvoll

Gute Gespräche
machen glücklich!

Unsicherheit

offener Blick
→ dann wird es
→ Veränderung
"automatisch"

Verschiedene
Kulturen

Art

Zweifel

Keine Beratungsleistung

Ansprechen
des Problems
im
Gespräch

massive
Redegewalt

WOLLEN:
jeder will vom Gegenüber
etwas (Grundlage)

Nähe und Distanz
Grenzen setzen

Echtes Interesse
aneinander.

Miteinander - Dialog - Schwingungen
"good vibrations"

- Kreativ
- es läuft einfach
- Stimmung steigt
- entspannt
- offen f. neues
- Wertschätzung
- positiv, freuen sich
auf's nächste mal, lachen

WERTSCHÄTZUNG!

neue Chancen nutzen

Unwandelbarkeit

gefundene Information

Hilfe zur Selbsthilfe
Auf dem Weg zum "Los lassen"

Transparenz

Rückzug

hilftlos

Reflektieren

Rechte kennen
Pflichten nicht

gute Freunde
als Bred
Adrian Passau
Grundlage f.
die Arbeit
→ Bindung, Beziehung
Vertrauen!

Beratungsresistent

Kollegiale Beratung,
Supervision

habe ich alles schon probiert +

belehrend

Themenwechsel

Sinn & Zweck
ansprechen

ohne "back" vorsekalieren

neuer Start

es fällt leicht zu machen

Umge dich

Hinfragen

alleine machen lernen

Rückbesinnung
Reflexion
und
Feedback

Distanz schaffen

Enttäuschung

Respektivwechsel

andere Erwartungshaltung

Willkommen

Toleranz

Offenheit

Drohung

Ekel

Doppel-

21-
botschafter

Angst

Ziele
Ansprüche
Prognose
Mission

Die in
Ziele überprüfen
Ansprüche unter adranke
Hauptzugewandt
ision-Sup

Stück in die Zukunft
Ziele überprüfen
die Punkte abarbeiten

die Zukunft

Komp
Empathie
Kommunikation
Atmosphäre
Kommunikation

Körperhaltung - ruhig
Atmung - ruhig
Selbstreflexion
Pause

von-Supervision
Körperhaltung über

prüfen
Türschrauben
Zugel
Schritt 2
on-Supervision
über

die Zukunft
Sommers
Gesamtheit
erzählen
tun
Schritt zu

die Zukunft
Weltstadt
Gassanten

Wertst
riedenheit

Distance

Pause

reflexion

supervision
haltung über
schie

Schritt 2
Revision

Handwritten: m. 27 v. 2

Wartsa
Meix

Freiheit

...edault

West

Qessante

Schritt 2

ständige
Abwehrhaltung
→ strategisches
unsicher

Passiv sein
Jammern

berechtigte
Schulduzuweisung!
ich wird Übergreifig
leicht aggressiv

Sündmisse
harmlos
sicher

Ablenkung
Distant und Ruhe
Neustart

Personlicher
Angew
→ sich verschließen

Kollegiale Beratung

Vorsichtig Herantasten

Blick auf Positives / Ressourcen

Fid vor Augen

Sachlich und freundlich bleiben

ungerechte
Schulduzuweisung

bin beleidigt
werde ganz
ruhig
und "Kacke innerlich"

Humor

notige Distanz / Nähe
Offene Körperhaltung
Zlickkontakt
Nix
Zugewandtheit

Eigene Fehler auf
mich abwälzen

→ Verteidigung

- Vorgesetzte / Kollegen / Mitarbeiter / ...
- Dialog
- Vorgesetzte auch im (Protokoll)
- geschäftlichen Gesprächen

- Ruhe bewahren
- inne halten
- Rat von außen holen (Kollegen / Coach)
- auf professionelle Stille gehen!
- Bestand halten - starke Partner
- erkl. Leitung - Träger

Sichtweise verändern (Ressourcen)
 (auch Ruhe Wegengelassen)
 Situation kurz verstehen
 - laut reagieren, stehen lassen, nicht mehr zucken, Haltung mehr verliert, Wertschätzung verliert

Gegenüber Spiegeln

Austausch mit KollegInnen
 • professioneller

innehalten / Abstand nehmen / Durchatmen / neu zentrieren

Wenn Eltern Vorwürfe machen!
 Wenn Eltern drohen, laut werden!
 körperlich bedrängen, schreien, distanzlos sind, Grenzen nicht akzeptieren

Vertraulichkeit und Offenheit wird möglich

- Jimi / Joch / Bio Rhythmus
- Ruhe ausstrahlen
- Sicheres Auftreten
- Gerechtigkeit u. Gleichheit
- man ist ermutigend / motiviert

"Ich kann die Welt
nicht verändern"
↓
eigene Grenzen
↓
Eidwörter

durchdrehen
körperlich
entspannen
↓
sich effektiv
führen

↑
Militär & Geist

Distanz
innere Haltung
beurteilt werden
↓
Ich bin hier
die/die Andere ist dort

Wenn es ...
Vertrauensverhältnis
zugewandt
- persönlich wird
- vornehm wird
offenheit
offenherzig

Wenn es
... unerschämmt wird
... provokant wird

Sie auf die
Professionalität
besinnen

Komm auf die
eigene Verantwortung

positive Gesprächs-
führung

Körperhaltung verändert sich
Stimme verändert sich
guter Kontakt

Innerliche
Distanz

Wenn sich
das Gegenüber
öffnet, wieder kommt

eigenes Engagement
ist höher

Selbstzufriedenheit
Bestätigung
Spaß

Perspektivwechsel

Toleranz +
Akzeptanz

fehlende Mitwirkung

Gespräche werden tiefer -> Offenheit

überzogene Ansprüche

Resistenz

2. -> Sich seiner Haltung bewusst sein

fehlende Respekt

- Gespräche auf Augenhöhe

- erzeugt mehr Zufriedenheit
- lässt sich selbst zurückgeben
- lässt sich selbst zurückgeben
- fördert die Zusammenarbeit
- u. Vertrauen wird aufgebaut

- Beide Seiten profitieren

Durchsetzen

unverschäm

Bewertungen von Urteilen und eigenen Glaubenssätze überdenken

kurze Auszeit selbst im Gespräch

Achtsamkeit

Verantwortung abgeben

nicht in Schuldgeheim stehen

Staat vom Team freisetzen
- Arbeit macht mehr Spaß
- Kollegialer Austausch
- Feedback haben
- supervision

Blick zurück auf das Kind

Ich kann den anderen nicht ändern, nur mich selber!

Officer

positive Auswirkung

Die Farbe
herunterheben
werden
Heren
eingesetzt
umhine
rela

werden
 offen freundlich
 gegenüber
 durch seine
 Persönlichkeit
 wechseln
 umhine
 leben
 werden
 "Küffer
 in

Werden
Löffel
Mengen
Mengen

Wer den Körperhaltung konfus werden, Faden verlieren

Resigniert sein!
ohne Hoffnungs
ja aber

Wenn mir nicht
zugehört wird
Gegenüber

ber ist stur! wichtig
meinsichtig
engstirnig
sprache
werden
lauter!
Bachopfung
Gachopfung
Kufpuduhai

Das Wort
müssen vermeiden

- Mimik
- Gestik
- Körperhaltung
- Sprache

[illegible]

Shrimad Bhagavad Gita

"Positives" eher sehen
und kreativ daran
anknüpfen

Verstärkung
"Umwelt"

Blick auf Gelingen

positive Haltung
aufrechter Meinung

Wertschätzung und Respekt

Fluss, die laute
Körperhaltung,
Punkte, Gestik,
Stimmhöhe

Ignoranz

Mehr Bereitschaft
zur Unterstützung

Wiederholungs
Gepäck
→ Link & Re

Empathie

Zufriedenheit

Abwärtsweg
aggressives Verhalten
eingelogen werden
Verabredungen werden
nicht eingehalten

Bei aggressiver und
respektloser Haltung
ggü. dem Gesprächspartner

keine Gegenüberstellung

• drüber schlagen
→ neuer Termin

aufmerksam
zugenannt

Respektvoll - weil sie
hinterfragen

Empathie

Leichtigkeit

deutlich
kreativ

Empathie
Feedback bds.
gut gemacht
Loben

Beliebtheit

Was wäre Ihre Idee?
Was sind Ihre Vorstellungen?

Provision
Ligen

Körperhaltung locker

Überheblichkeit

guter Lösungsansatz
entspannte Atmosphäre

Respektlosigkeit

Beratungsresistenz

Aggressivität der Führungskräfte

Schweigen

Ablehnende Haltung

Desinteresse

Alkohol-Genuß

Zigaretten-Genuß bei Kindern / im Haus

dackeln

Spaß

durchatmen!

Unterstützung
Schuldenaufnahme

Ruhe
Bewahrung
auf Körperhaltung
Mimik achten

Motivation

Begegnung im Grundkreis
Opfer-Ritter-Täter
Drohungen
Verschleierung
Türen
Rückbildung
Türen

Kurze Pause / Auszeit,
Gedanken sortieren
was will mich
was legen
neugierig
fragend
"kassen Sie mich
was legen"

Abstand nehmen
+ Tee trinken
D

Körperhaltung

Reflexion

Lob
Komplimente
auf beiden Seiten

für sich selber sagen:
- Ausgezeichnet
- Sport
- positive Haltung

Erfolgerlebnisse

Ziele setzen
↳ gemeinsame
Lösungen suchen

fließender
Gesprächsverlauf

positive
Rückmeldungen

Motivation
Offenheit

kein Blickkontakt
Durchatmen
Grenzen akzeptieren

Solo
beides zu
kommen

Gesichtsausdruck
Körperhaltung
Tonlage

entspannte
Körperhaltung/
Körpersprache
(Gestik)

Zuversicht
Mut
Ansporn

von der emotionalen Ebene
auf die Sachebene

Zufriedenheit

Vergeschlossenheit
Unwirdlichkeit
Discrete - war erwartungslos
Unverständnis
Aufpöbeln (peis.)
Beachtung
Beachtungssistenz
Ausschweifung
Ausschweifung

Perspektiv
wechsel
Humor
Gungsdigung
Wertschätzung

Körperhaltung

Sicherheit
Körperhaltung
ändern

Spitz

Entspannen

Andere
Beziehungsebene

• fehlende
Umsetzung
• geringe Wertschätzung
von "Angeboten"

Energieschub

Selbsterwicklung

• persönliche Betroffenheit

Mit innere Ruhe
in's Gespräch gehen

Ich-Botschaften
Rückmeldung

• persönliche
Sticheleien

"Stimme"

Selber Loben

Bun entspannt
Lächeln während des Gesprächs

Dialog +
Interaktion
entsteht
Gespräch:
Länger, humorvoller...

Kurze Unterbrechung
Einberührung des Gesprächspartners
Direkte Frage: Was brauchen Sie jetzt?

• Übertragene
Erwartungshaltung

alle W-Fragen
außer Warum

Neuen Termin finden....

"Abstand" bekommen

- gegenseitige Wertschätzung

"Aufmerksamkeit ist das Gedächtnis des Herzens"!

Nur "Gemutze + Geraule"

Situationen entschärfen...

- ein Schritt zurückgehen

→ "Nur klagen..."

↳ suchen "Belege" dafür... das es eh nix wird

- sich in andere Person reinversetzen

"positives Denken"!

→ "Durchatmen"

"Einfache Sprache"

"Wilde Drohungen"

Viel Emotionen

"Innere Ruhe"

keine Wertschätzung

(3x tief durchatmen...)
(auf Zeit setzen...)
(Zeitgewinnung...)

→ innere Zufriedenheit

gemeinsame Ziele finden

Gegenseitigkeit

Persönliche Angriffe

"In Frage stellen der Kompetenz"

→ Augenkontakt ganz wichtig!!

"Ball flachhalten"

Gefühl einer guten Verbindung
"guter Draht"

Supervision

Loben
"Wir-Gefühl" schaffen...

Selbstreflexion

PERLEN zu

Frage 1:

Wenn Gespräche/ Kontakte „schwierig“ sind:

Welche Verhaltensweisen laden mich dazu ein, meine
professionelle Haltung zu verlieren?

Woran ist das zu sehen? Was tue ich dann?

Wenn Gespräche schwierig sind

Welches Verhalten lädt mich ein, meine professionelle Haltung zu verlieren?

- Drohung
- persönliche „Angriffe“
- keine/ mangelnde Wertschätzung
- Respektlosigkeit
- Beratungsresistenz „kenn ich schon alles“
- resigniert, hoffnungslos aber fordernd
- Einlullen
- Jammern
- Doppelbotschaft: „hilf mir aber lass mich in Ruhe“
- Desinteresse
- Abwehrhaltung
- Unzuverlässigkeit
- Bündnisse suchen

Woran ist das zu sehen?

- Mimik und Gestik
- persönliche Betroffenheit / Ebene
- zu viel Emotionen
- Frust
- Rückzug
- Angst
- Nähe und Distanz

Was tue ich dann?

- sich seiner Haltung bewusst sein
- Körperzeichen (eigene) erkennen
- auf 10 zählen
- danach: lächeln
- inne halten
- durchatmen
- Grenzen setzen
- Gesprächsbereit sein
- auf professionelle Distanz gehen
- Gelassenheit
- Ruhe bewahren
- Verantwortung abgeben

Schwer zuzuordnen

- Gegenseitigkeit

persönliche Betroffenheit
mangelnde Wertschätzung
Frust

- persönliche "Angriffe"
- zuviel Emotionen
- keine Wert-
schätzung
- Gegenseitigkeit

• Angst
• Drohung
• keine Wert-
schätzung

• Beratungsentwurf
• Kenn ich alles schon
• Rückzug
• Unzuverlässigkeit

Respektlosigkeit
durch mein
Desinteresse

persönliche Ebene
Stimm- &
Gestik

• persönlicher Angriff
• Jammern
• Bündnisse suchen
• Abwehrhaltung

- resigniert, hoffnungs-
los aber fordernd
- Doppelbotschaft:
"hilf mir aber!
lass mich in Ruhe."
- Einlullen

Gelassenheit
+ Ruhe
bewahren

Nähe und
Distanz
Grenzen setzen

• Körperzeichen
(eigene)
erkennen
• auf 10 zählen
• danach: lächeln

- inne halten
- Gesprächsbereit
sein
- auf professionelle
Distanz gehen

1 Verantwortung
abgeben
2 Resistenz
3 sich seiner Haltung
bewusst sein

Fortbildung September 2017
Autor: Hugo Böhm / von Schöngren

World-Café – „Espresso-Variante“

Frage 1:
Wenn Gespräche/ Kontakte „schwierig“ sind:

Welche Verhaltensweisen laden mich dazu ein, meine
professionelle Haltung zu verlieren?
Woran ist das zu sehen? Was tue ich dann?

Kritiken und Malen Sie – auch während des
Gesprächs –
Schnitten auf die Tischplatte ist erwünscht!
Haben Sie Spaß!!!

Perlen zu

Frage 2:

Wenn Gespräche/ Kontakte „gut“ laufen:

Was zeichnet meine Haltung dann aus? Was noch?

Woran ist sie zu erkennen? Was tue ich dann?

Wenn Gespräche gut laufen

Was zeichnet meine Haltung aus?

- Offenheit
- Wertschätzung
- Stolz/Motivation
- Miteinander
- Arbeit macht mehr Spaß
- Gespräche werden tiefer, offener
- Gespräche auf Augenhöhe
- Engagement
- Bestätigung der eigenen Arbeit
- persönliche Zufriedenheit
- respektvolle Haltung
- positives Denken
- Körperhaltung

Woran ist sie zu erkennen?

- Offenheit
- entspannte Körperhaltung und Sprache
- Offener Blick
- Empathie, Perspektivwechsel gelingt
- Augenkontakt ganz wichtig
- lockere Entspannte Grundhaltung
- Zufriedenheit
- Humor
- konstruktive Zusammenarbeit
- loslassen/ Hilfe zur Selbsthilfe
- Sicherheit
- Klarheit

Was tue ich dann?

- professioneller Arbeiten
- gemeinsame Ziele setzen
- neue Chance nutzen
- leben und genießen
- Motiviert gegenseitig

World-Café - Espresso-Variante

Frage 2:

Wenn Gespräche/ Kontakte „gut“ laufen:

Was zeichnet meine Haltung dann aus? Was noch?
Woran ist sie zu erkennen? Was tue ich dann?

Kritzeln und Malen Sie - auch während des Gesprächs -

Schreiben auf die Tischdecke ist erwünscht!
Haben Sie Spaß!!!

- (sich) helfen/
Hilfe in Selbsthilfe
- neue Chance nutzen
- Loben u.
genießen

• lockere, entspannte Grundhaltung
• Offenheit
• Zufriedenheit

Körperhaltung
beidseitiges Wohlfühlen
"Win-Win"

• entspannte Körperhaltung + Sprache
• gemeinsame Ziele setzen

• Stolz / Motivation

- persönliche Zufriedenheit
- gegenseitige Wertschätzung und respektvolle Haltung
- Empathie, Regelmäßiger Wechsel gelänge

positives Denken !!
- gegenseitige Wertschätzung
- Augenkontakt ganz wichtig !!

• Offenheit
• Wertschätzung
• Konstruktive Zusammenarbeit

Wertschätzung
Mithandeln
Offene Blicke

Humor
Wertschätzung
notige Nähe / Distanz

- Arbeit macht mehr Spaß
- Gespräche werden tiefer / offener
- Gespräche auf Augenhöhe

- Spaß
- Offenheit, Engagement
- Bestätigung der eigenen Arbeit

• Zielfähigkeit
• Motiviert-gemeinsam
• professioneller arbeiten

• Sicherheit
• Dialog / Interaktion
• Humor / lächeln

Perlen zu

Frage 3:

Wie komme ich von der einen zur anderen Haltung?

Wie bewege ich mich „innerlich“ – was tue ich dafür
auch äußerlich?

Wie komme ich von der einen zur anderen Haltung?

- für sich selber sorgen
- Reflexion
- „Wir-Gefühl“
- gemeinsame Ziele finden
- gute Vorbereitung
- aus der Situation „rausgehen“
- Blick aufs Gelingen
- „auskotzen“
- Neustart (Thema, Termin...)
- sachlich und freundlich bleiben
- Blick auf Ressourcen
- einen Schritt zurück gehen
- Einbeziehung des Gesprächspartners
- kein richtig oder falsch
- eigene Grenzen wahrnehmen
- Akzeptanz/ Toleranz
- Achtsamkeit (mit sich, dem anderen)
- eigene Glaubenssätze überdenken

Wie bewege ich mich

- „innerlich“
 - innehalten
 - gegenüber spiegeln
 - Sichtweise verändern
 - Verständnis für andere
 - kurze Denkpause
 - sachlich bleiben
 - kurze Auszeiten – durchatmen
- „äußerlich“
 - Körperhaltung
 - Sichtweise verändern
 - Pause ermöglichen
 - Perspektivwechsel
 - Stärken hervorheben/ loben
 - äußerlich andere Körperhaltung einnehmen

- kurze Auszeiten
→ Durchatmen
- Achtsamkeit
(mit sich, dem anderen)
- eigene Glaubenssätze
Wardenten

- gute Vorbereitung
- aus der Situation
"rausgehen"
- Blick aufs
Gelingen

- Pause
ermöglichen
- einen Schritt
zurück gehen
- Selbstreflexion
Akzeptanz des
anderen

- kurze
Dackpause
- äußerlich andere
Körperhaltung
annehmen
- Spannung
drüber

- für sich
selber sorgen
- Körperhaltung
- Reflexion

- "auskotzen"
- Reflexion
(Beurteilung)
- Neustart
(Thema, Termin...)

- inhalte
- gegenüber
spiegeln
- Sichtweise
verändern

- Perspektive
wechseln: in die
Lage der Emile versetzen
- Offenheit/Wertschätzung
- Stärke
hervorheben
Loben!

- Verständnis
für Andere
- Selbstreflexion
- Perspektiv-
wechsel

- Selbstreflexion
- "Wir-Gefühl"
- gemeinsame Ziele
finden

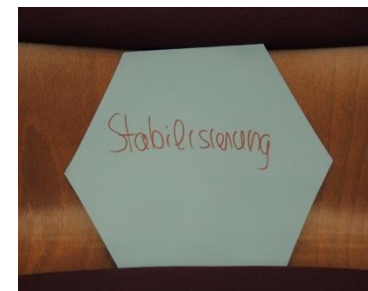
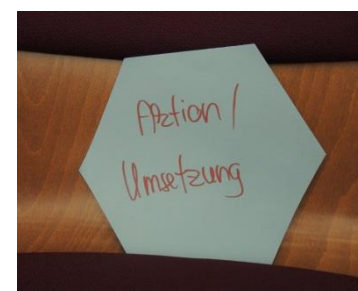
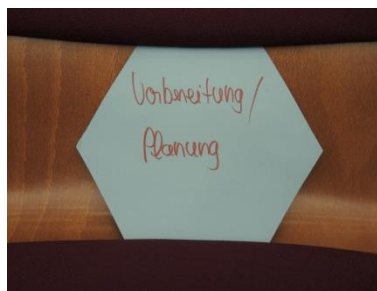
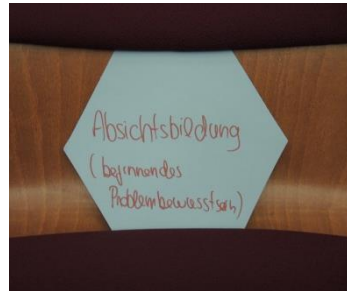
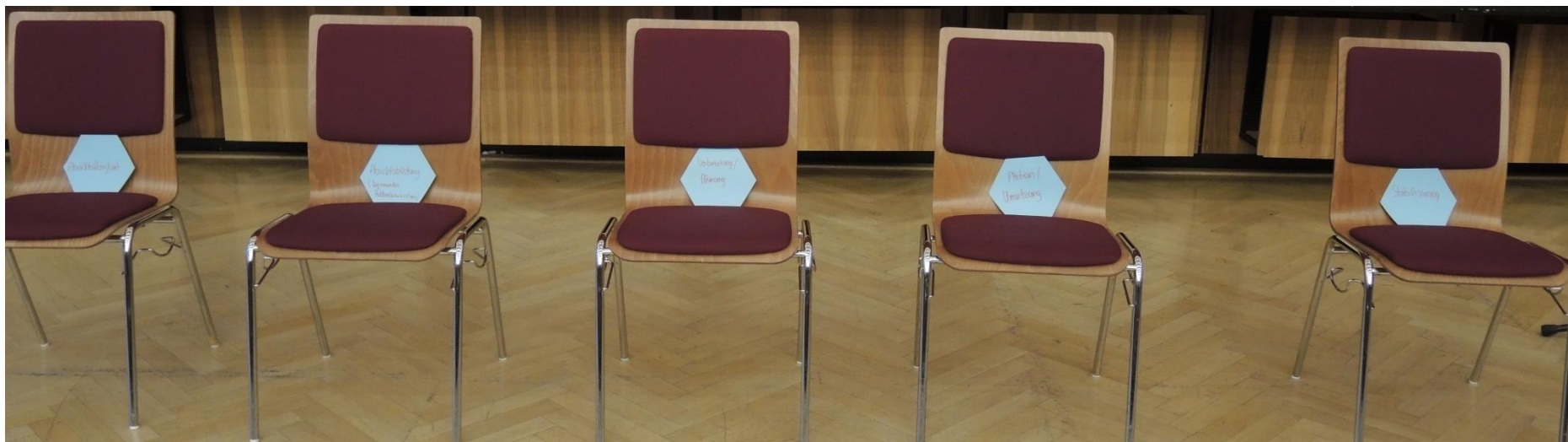
Sachlich und
freundlich bleiben
Neustart
Blick auf Ressourcen

"Körper-
haltung
Perspektiv-
wechsel
Einbeziehung
des Gesprächs-
partners

- kein richtig oder
falsch
- eigene Grenzen
wahrnehmen
- Akzeptanz,
Toleranz

Frage 3:
Wie komme ich von der einen zur anderen Haltung?
Wie bewege ich mich „innerlich“ – was tue ich dafür auch
äußerlich?

Kritzeln und Malen Sie – auch während
des Gesprächs –
Schreiben auf die Tischdecke ist
erwünscht!
haben Sie Spaß!!!



TRANSTHEORETISCHES MODELL

NACH JAMES O. PROCHASKA

Absichtslosigkeit

„niemals“

Kennzeichen:

kein „Problembewusstsein“

keine Intention, das Verhalten verändern zu wollen

Auseinandersetzung wird vermieden

Resignation

Angenommen, Sie wollten von der Phase der „Absichtslosigkeit“ in die nächste Phase der „Absichtsbildung“ kommen:

Was bräuchten Sie dafür?

- Motivierende Person
- Belohnung nach der Umsetzung
- Wege, um die Ängste zu überwinden
- positive Argumente sammeln
- Vorbild sein
- Konsequenzen aufzeigen
- Steter Tropfen höhlt den Stein!
- persönlichen Vorteil nutzen
- positives Verhalten hervorheben
- Zufriedenheit erfragen
- Anderem keine Vorwürfe machen
- Ausdauer unbeirrbar
- wohlwollend
- Glaube an sich selbst stärken
- sich belohnen
- Hilfe
- Verständnis
- Zuspruch
- Problem benennen
- Konsequenz
- Angst vor Folgen
- Problem in der Zukunft
- Wann entsteht ein Problem?
- Information über Problematik
- übers Problem reden
- Problembewusstsein

Welche innere Haltung liegt diesen Interventionen zugrunde?

- Anstrengungsbereitschaft
- Geduld
- Sinnhaftigkeit



Absichtsbildung

„eines Tages“

Kennzeichen:

Es wird erwogen, das Verhalten in der nächsten Zeit zu verändern
Bewusste Auseinandersetzung aber keine konkreten Pläne
Interessiert, aber nicht fest entschlossen
Starke Ambivalenz – Pro und Contra halten sich die Waage

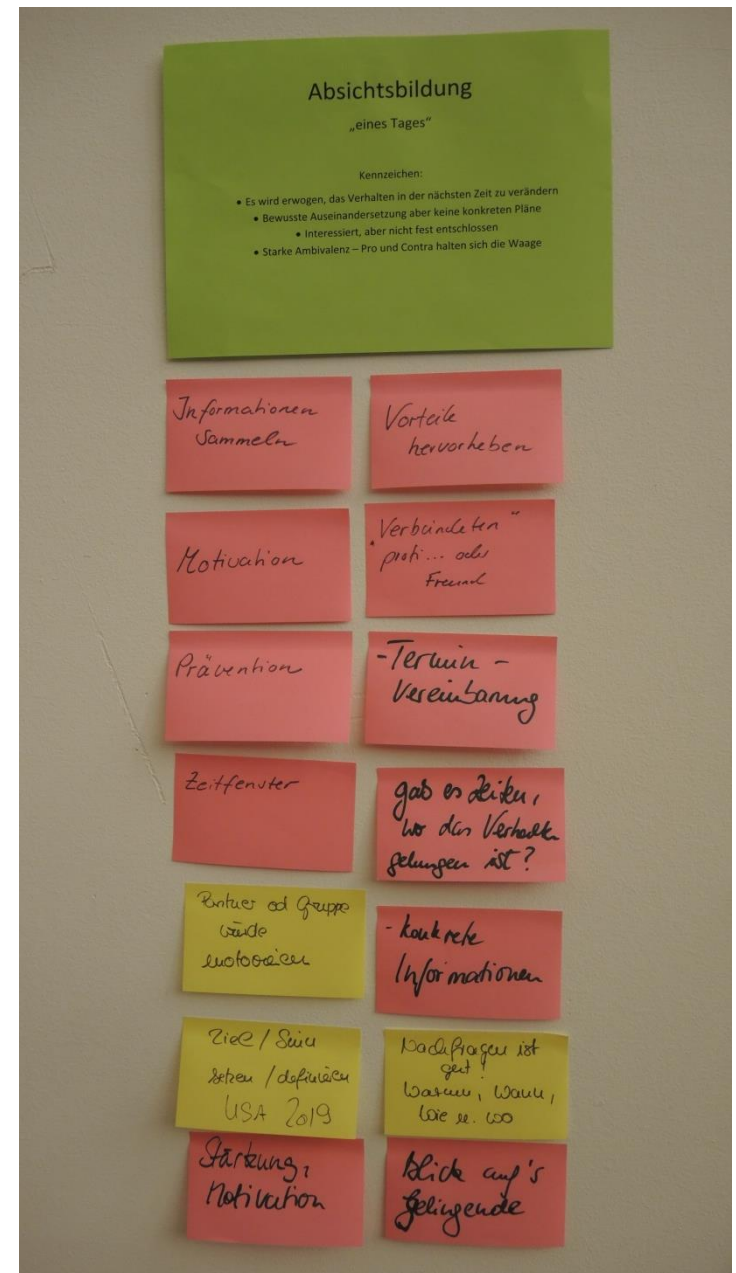
Angenommen, Sie wollten von der Phase der „Absichtsbildung“ in die nächste Phase der „Vorbereitung“ kommen:

Was bräuchten Sie dafür?

- Informationen sammeln
- „Verbündeten“ – Profi... oder Freund
- Vorteile hervorheben
- Ziel/ Sinn setzen/ definieren (USA 2019)
- Nachfragen ist gut! Warum, Wann, Wie u. Wo
- Konkrete Informationen
- Partner oder Gruppe würde motivieren
- Zeitfenster
- Gab es Zeiten, wo das Verhalten gelungen ist?
- Terminvereinbarung
- Prävention

Welche innere Haltung liegt diesen Interventionen zugrunde?

- Stärkung, Motivation
- Motivation
- Blick aufs Gelingende



Vorbereitung

„bald“

Kennzeichen:

**Hohe Motivation zur Veränderung (innerhalb 30 Tagen)
Treffen einer klaren Entscheidung für eine Veränderung
Erste Schritte werden eingeleitet
Zielverhalten wird konkret angestrebt**

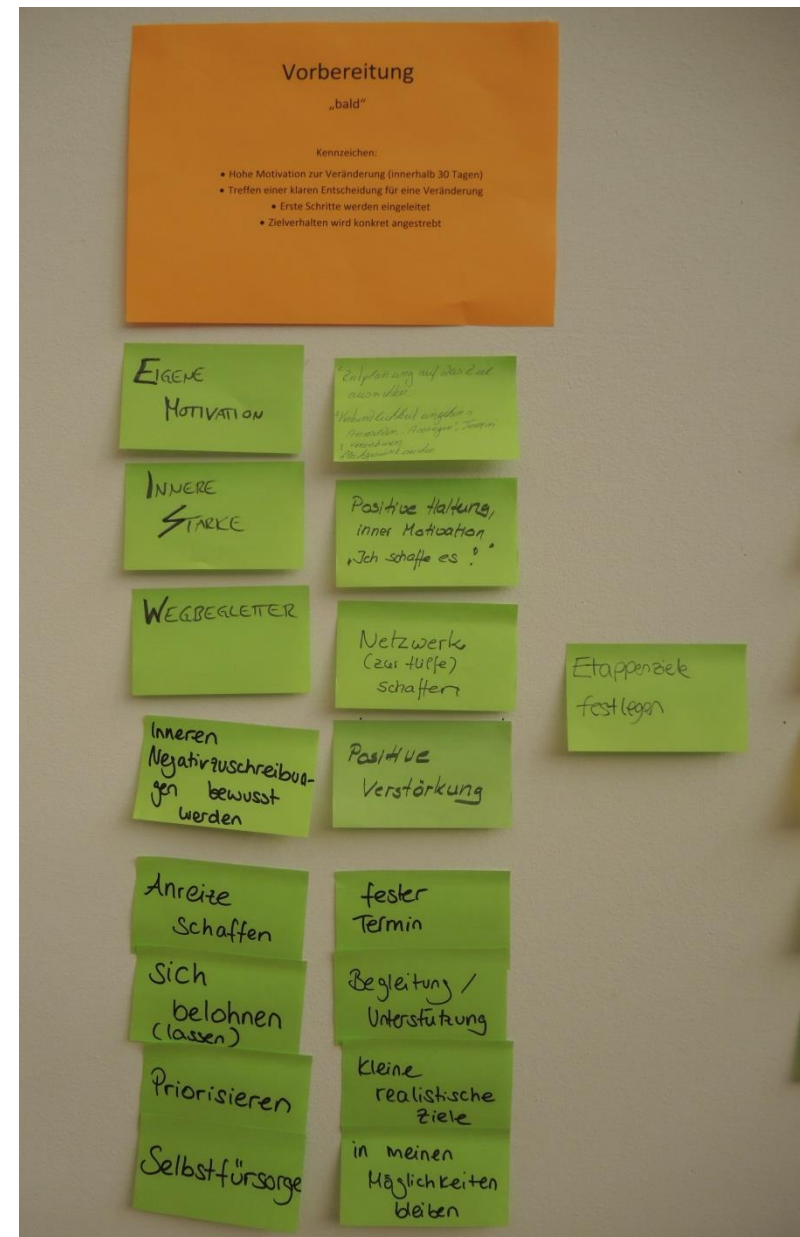
Angenommen, Sie wollten von der Phase der „Vorbereitung“ in die nächste Phase der „Aktion“ kommen:

Was bräuchten Sie dafür?

- Etappenziele festlegen
- Zeitplanung auf das Ziel ausrichten
- Verbindlichkeit eingehen -> Anmelden, Ansagen, Terminvereinbarung
- Gleichgesinnte suchen
- Netzwerk (zur Hilfe) schaffen
- Positive Verstärkung
- In meinen Möglichkeiten bleiben
- kleine realistische Ziele
- Begleitung / Unterstützung
- fester Termin
- Anreize schaffen
- sich belohnen (lassen)
- Priorisieren
- Selbstfürsorge
- Inneren Negativzuschreibungen bewusst werden
- Wegbegleiter

Welche innere Haltung liegt diesen Interventionen zugrunde?

- Positive Haltung innere Motivation „Ich schaffe es!“
- Innere Stärke
- Eigene Motivation



Aktion

„jetzt“

Kennzeichen:

Hohes Maß an Entschlossenheit und Engagement

Konkrete, sichtbare Veränderungsschritte

Hohes Risiko für Rückfälle

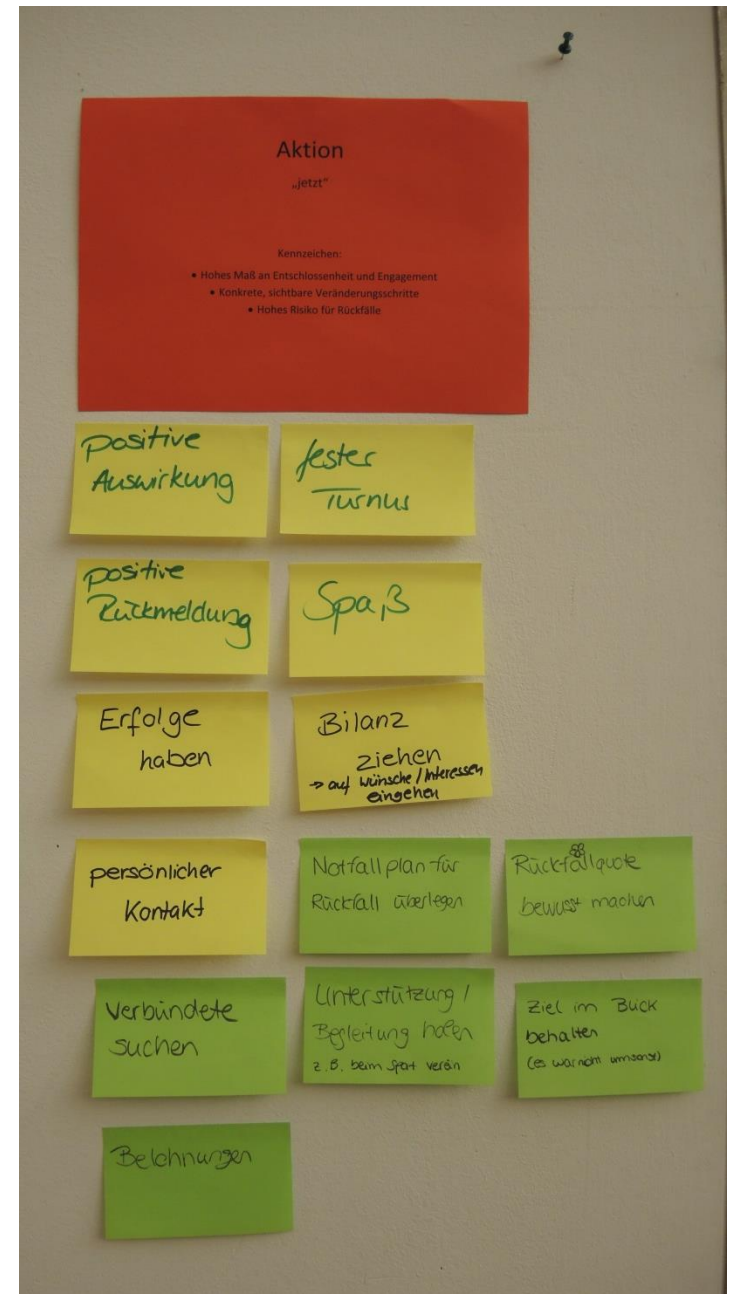
Angenommen, Sie wollten von der Phase der „Aktion“ in die nächste Phase der „Stabilisierung“ kommen:

Was bräuchten Sie dafür?

- Rückfallquote bewusst machen
- Ziel im Blick behalten (es war nicht umsonst)
- Unterstützung/ Begleitung holen z.B. beim Sportverein
- Notfallplan für Rückfall überlegen
- Bilanz ziehen -> auf Wünsche/ Interessen eingehen
- fester Turnus
- positive Auswirkung
- positive Rückmeldung
- Erfolge haben
- persönlicher Kontakt
- Verbündete suchen
- Belohnungen

Welche innere Haltung liegt diesen Interventionen zugrunde?

- Spaß
- Ziel im Blick behalten (es war nicht umsonst)



ABSCHLUSS

„Bewegter Raum für Austausch und Inspiration. Mit Respekt und Selbstreflexion kann man fast jeden erreichen.“

„Bei der gemeinsamen Suche nach Lösungen ist die innere Haltung sehr wesentlich aber auch die Achtung der Autonomie des Einzelnen ist zu berücksichtigen (aber) gleichzeitig nicht vergessen: den Ball auch mal zurückspielen“!

„Wo steht der andere und (bis) wohin können wir gemeinsam gehen?“

„Das transtheoretische Modell ist super, weil es Ungleichzeitigkeiten zulässt und Entscheidungen im Fluss bleiben – oder so ähnlich.“

„Motivation für schwierige Gespräche & Sensibilisierung für die „innere Haltung“.“

„Durch Selbstreflexion besser auf die Bedürfnisse des „Anderen“ eingehen können.“

„Die persönliche Haltung durch neue Sichtweisen und auch durch Fachkompetenz bereichern und schaffen Arbeitsmotivation.“

„Wir haben spielerisch neue hilfreiche Tipps, Ideen und Erkenntnisse gewonnen um dann mit Humor in schwierigen Situationen die eigene Haltung zu verändern, da wir unser Gegenüber nicht verändern können.“

„Gute Gespräche entstehen in gegenseitiger Wertschätzung, langsamen, kleinen demütigen Schritten und mit persönlicher Reflexion.“