

AUFBRUCH & ZUVERSICHT RESILIENZ UND VITALITÄT IM PÄDAGOGISCHEN ALLTAG

Dr. Philip Streit

Zuversicht & Resilienz – Stark und Positiv im pädagogischen Alltag

25.11.2021

Ihre Liebsten



Ihr/e „Liebste/r“

Was macht ihn/Sie
unverwechselbar, was
liebenswert, was sind die Stärken
und Leidenschaften?
Und welche Ihre?

Die Dilemmatas

Neben anderen, wie COVID, Migration, Digitale Welt, Leistungsdruck

- Diese Schule muss es richten
- Das Dilemma zwischen Wissensvermittlung und sozial emotionaler Forderung
- Der Tanz zwischen den Erziehungsstilen Alte Autorität, Kooperativ, nachlaufen, anbieten, durchziehen
- Belastung oder Flow
- Ausbrennen oder wachsen

Der neue Kollege hatte vorhin seine erste Unterrichtsstunde und hat jetzt einen Praxisschock.



GRAVITATION

Meine Frau kann im Moment
nicht - sie bereitet sich
gerade auf die erste
Unterrichtsstunde mit
ihrer neuen Klasse vor.



Gezeichnet von A. A. A.

Die Notwendigkeiten

- Geordnete Rahmenbedingungen in guter Beziehung
- Die LehrerInnen müssen die Verhaltensregeln vorgeben, sonst tun das die Schüler für sie
- Notwendig: Stärkung der LehrerInnen
- Wohlbefinden der LehrerInnen \uparrow = Wohlbefinden der SchülerInnen \uparrow
- Starke und positive LehrerInnen sind der Schlüssel zum Erfolg der Schule

The Most Important is the Engaged Teacher (Martin Seligman)
Engagement ; Hoffnung und Zuversicht oder Hilflosigkeit und Verzweiflung
Auf Die Haltung kommt es an (Haim Omer, Philip Streit)



„Selbstsicherheit, Autonomie & Zuversicht anstatt Selbstzweifel und Angst“ Stefan Herzka (1999)



Potentialentfaltung

Potentiale zu entfalten heißt nichts weniger,
als gemeinsam über sich hinauszuwachsen.
Das heißt, wir sind nur innerhalb einer Gemeinschaft
in der Lage, die in uns angelegten Potentiale
zu entfalten.

In einer Gemeinschaft, der wir uns zugehörig,
geborgen und sicher fühlen.

**„Wir brauchen Gemeinschaften, deren Mitglieder einander
einladen, ermutigen und inspirieren, über sich hinauszuwachsen.“**

Gerald Hüther

<http://www.akademiefuerpotentialentfaltung.org/>

Stark und Positiv?

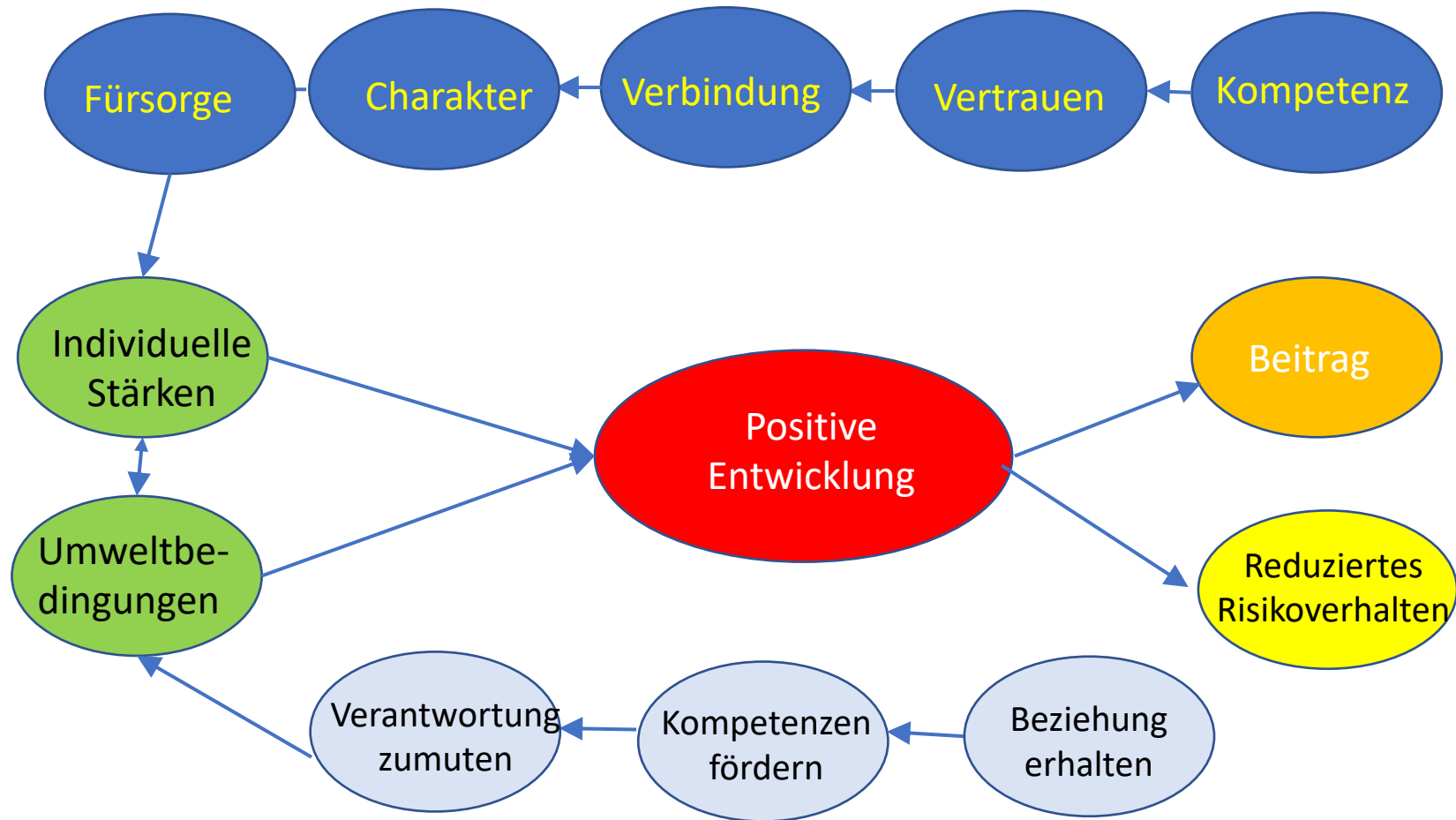
- Wer auf Stärken setzt ist erfolgreicher (Haidt 2013)
- Positivität macht flexibler, offener, ausdauernder, gesünder (Fredrickson 2013)
- Resonanz ist die Voraussetzung des gesunden Selbst und der adäquaten Selbststeuerung (Bauer 2015)
- Positive Beziehung ist die Basis für erfolgreiches Lehren und Lernen
- Wer auf Stärken setzt ist erfolgreicher (Haidt 2013)
- Wer stark ist, kommt in Flow (Chikszentmihajij 2000)
- Wer stark ist, ist selbsteffizient (Bandura 1996)
- Wer stark ist, erholt sich leichter (Seligman 2012)



Stark und Positiv: 3 Modelle



Lerners Modell positiver Entwicklung



PERMA der Weg zum Aufblühen

Positive Emotionen:

Positive Emotionen sind wichtig für unser Wohlbefinden. Glückliche Menschen blicken gern auf ihre Vergangenheit zurück, hoffnungsvoll in die Zukunft und genießen die Gegenwart.

Engagement:

Wenn wir uns auf jene Dinge fokussieren, die wir voll und ganz genießen und die uns wichtig sind, können wir im Moment aufgehen und kommen in einen Zustand der als Flow bekannt ist.

Beziehungen:

Jeder braucht jemanden. Wir erhöhen unser Wohlbefinden und teilen es mit anderen, indem wir enge Beziehungen mit Menschen in unserer Umgebung aufbauen- Familie, Freunde, Arbeitskollegen, Nachbarn.

Sinn:

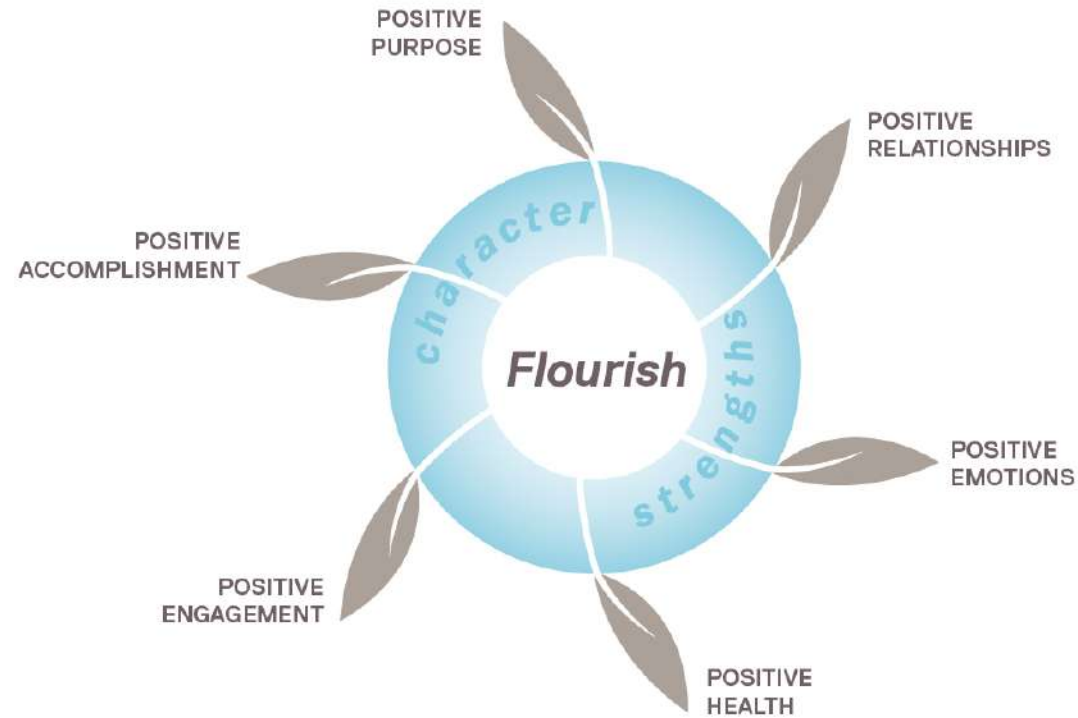
Wenn wir Zeit für etwas aufwenden, das größer ist als wir selbst, wachsen wir über uns hinaus. Zum Beispiel für einen religiösen Glauben, Familie, Gemeinschaftsarbeit, Politik, berufliches Ziel...

Erfolg:

Jeder braucht Erfolge. Um Wohlbefinden und Glück zu erreichen, müssen wir im Stande sein, unsere bereits erzielten Erfolge im Leben zu sehen und uns zu sagen: „Ich habe es geschafft, ich habe es gut geschafft“

PERMA- MODELL (Seligman, 2011)

Geelong Grammar School Project



<https://www.ggs.vic.edu.au/School/Positive-Education/What-is-Positive-Education-/Our-Positive-Education-Model>

Neue Autorität – Wenn schwierige Beziehungen wieder gelingen sollen

Das Modell von Haim Omer



Was ist Neue Autorität?

Ein Potentialentfaltungsansatz, der Eltern, LehrerInnen, BeraterInnen, BetreuerInnen, Tagesmüttern/-vätern, ÄrztInnen, TherapeutInnen und PsychologInnen hilft, zu ihrer Stärke zu finden und aufzublühen.

Gewaltlos gegen Gewalt

„Neue Autorität hilft zu realisieren, eigene Stärke und Verbindlichkeit zu zeigen, die unabhängig von Veränderungen anderer ist.“

Sicherer Hafen & Ankerfunktion: Zwei grundlegende Bestandteile



Der sichere Hafen & Ankerfunktion

- Begegnung
- Bindung
- Schutz und Zuflucht
- Wiedergutmachung
- Ermunterung und Experiment
- Ankerplatz



Verliere nie die Verbindung (Richard Lerner)

- Struktur
- Präsenz und wachsame Sorge
- Unterstützung
- Selbstkontrolle und Deeskalation
- Widerstand, Beharrlichkeit



Sei wachsam und übernimm Verantwortung!

Stark und Positiv:10 Ideen

1. Resonanz und Struktur aufbauen
2. Sei präsent und wachsam
3. Deeskaliere (kommuniziere achtsam)
4. Stärken stärken stärkt
5. Bleib nicht allein, organisiere Unterstützung
6. Widerstehe
7. Sinn verleiht Flügel
8. One Door Opens
9. Mach es wieder gut
10. Entwickle Ziele und bleib dran (GRIT)



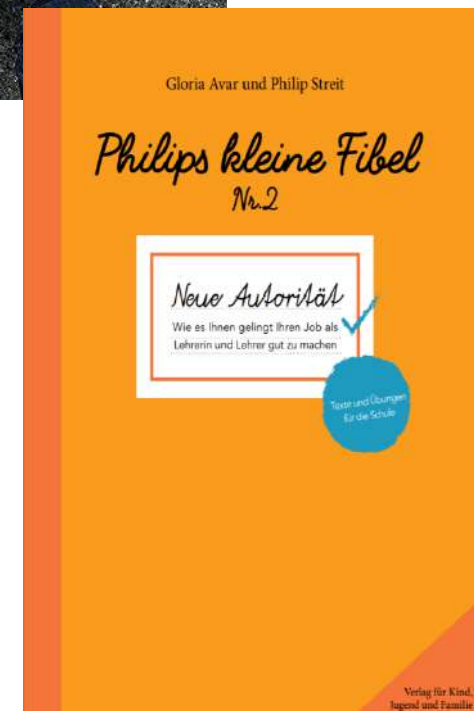
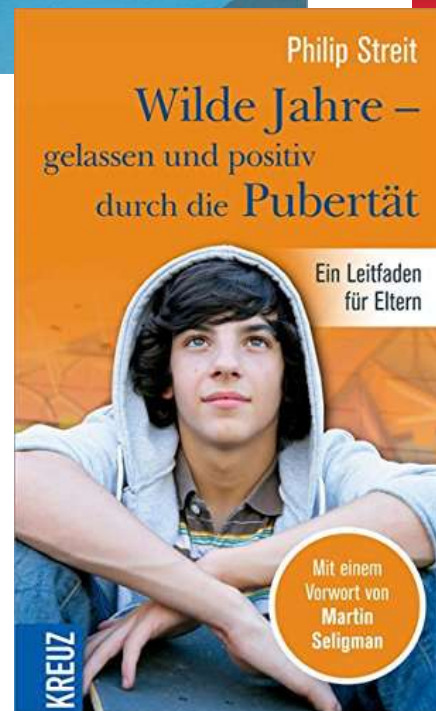
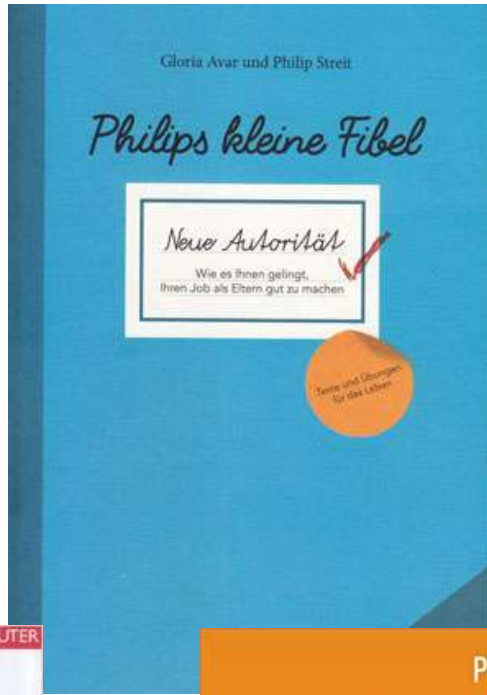
Stark und Positiv: 10 Ideen



D A N K E

für Ihre Aufmerksamkeit!





Kontakte

Akademie
Kind Jugend Familie



Institut für Kind
Jugend und Familie

Dr. Philip Streit
Institut für Kind, Jugend und Familie (IKJF)
Moserhofgasse 42

8010 Graz

Tel.: +43 316/774344

dpst@ikjf.at

Links:

www.akjf.at

www.ikjf.at

www.euppa.at

www.ippm.at

Akademie für Kind, Jugend und Familie

Walter-Goldschmidt-Gasse 25

8042 Graz

Tel.: +43 699/16030050 oder 40

akjf@akjf.at

Institut für Positive Psychologie und Mental
Coaching (IPPM)

Walter-Goldschmidt-Gasse 25

8042 Graz

Tel.: +43 699/10142463

info@ippm.at