



# Wie Kleines Großes bewirkt

Werte und Werkzeuge zur Stärkung des  
Selbstgefühls von Schülern

Magdalena Kaliauer

Herbst 2021

## Inhaltsverzeichnis

1	Selbstgefühl .....	3
1.1	Definition .....	3
1.2	Abgrenzung von Selbstvertrauen .....	4
2	Jesper Juul's Werte zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls .....	6
2.1	Gleichwürdigkeit.....	6
2.2	Integrität .....	7
2.3	Persönliche Verantwortung .....	9
3	Jesper Juul's Werkzeuge zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls.....	11
4	Bericht aus der Schule .....	13
4.1	Meine Rolle als Schulassistentin .....	13
4.2	Fallbeispiele Stephanie .....	14
4.3	Fallbeispiel Melissa .....	16
4.4	Fallbeispiel Kochunterricht .....	19
5	Reflexion meiner Tätigkeit als Schulassistentin .....	22
5.1	Was ich über mich selbst gelernt habe .....	22
5.2	Meine Vision für die Schule von morgen .....	25
6	Literatur.....	27

# 1 Selbstgefühl

## 1.1 Definition

„Das Selbstgefühl bezieht sich auf das was ich bin. Selbstgefühl ist die Fähigkeit, sich selbst wahrzunehmen und sich dazu emotional zu verhalten.“ Jesper Juul in 5 Grundsteine für die Familie, S. 52

„Selbstgefühl bedeutet: wer bin ich – mein Sein. Wie gut kenn ich mich: wie ich mich fühle, wie ich mich mir selbst gegenüber verhalte.“ Jesper Juul in Schulinfarkt, S. 118

Für mich heißt Selbstgefühl zu wissen wer man ist, wie gut man sich selbst kennt, wie ich mit mir selbst umgehe und was ich über mich selbst denke. Dafür ist es notwendig sich selbst spüren und verstehen zu können. Jesper Juul spricht in diesem Zusammenhang über eine „innere Säule“, den „inneren Kern“ oder „das Zentrum“ einer Person.

Wenn wir uns in unserer Haut wohl fühlen, in uns selbst ruhen, dann haben wir ein gesundes Selbstgefühl. Dies kann natürlich von Tag zu Tag und Situation zu Situation unterschiedlich sein. Das heißt ich kann an einem Tag gut in mir ruhen, mich selbst und was ich brauche gut wahrnehmen. An einen anderen Tag gelingt mir das weniger gut, da womöglich etwas passiert ist, wo mein Selbstgefühl weniger entwickelt ist. Es kann auch sein, dass ich im Umgang mit meiner Familie ein gesundes Selbstgefühl habe, während ich in meinem Beruf ständig von Unsicherheit, Selbstkritik und Schuldgefühlen begleitet werde.

Das Selbstgefühl ist eine plastische Größe, die sich ein Leben lang entwickelt und verändert. Hier gefällt mir der Vergleich mit einem Baum, dessen Krone (das Selbstgefühl) ein Leben lang wächst. Erwachsene können ihr Selbstgefühl im täglichen Leben durch ihre alltäglichen Erfahrungen sowohl stärken als auch schwächen. Kinder werden mit einem Körnchen Selbstgefühl geboren und es liegt an ihren Eltern wie gut sie ihr Selbstgefühl im Laufe der Kindheit gemeinsam entwickeln. Auch die Begegnungen und Erfahrungen in der Schule prägen nach das Selbstgefühl der Kinder und Jugendlichen.

Menschen mit einem schwachen Selbstgefühl fällt der Umgang mit anderen und sich selbst schwer. Sie machen sich selbst zu klein oder zu groß, wollen unsichtbar sein oder wollen nur im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen. Ihnen fällt es schwer zu erkennen und auszudrücken was sie wirklich brauchen und wo ihre Grenzen sind. Das macht den Umgang mit anderen schwierig, weil sie nicht ehrlich und authentisch sagen können was sie wollen und brauchen. Sie überspielen dies meist, indem sie der Anführer sind, die anderen kommandieren, kontrollieren und bewerten.

## 1.2 Abgrenzung von Selbstvertrauen

Jesper Juul versteht unter Selbstvertrauen das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Es geht darum was wir gut können – sprich unsere Fähigkeiten und Talente. Dabei spielt die Erfahrung etwas zu lernen und zu verbessern eine wichtige Rolle. Selbstvertrauen wird nämlich durch Übung und Unterstützung von Erwachsenen gestärkt. Ziel ist etwas zu Erlernen.

„Selbstvertrauen bedeutet: was ich leiste, was ich kann, wie gut ich es kann.“ Jesper Juul in Schulinfarkt, S. 119

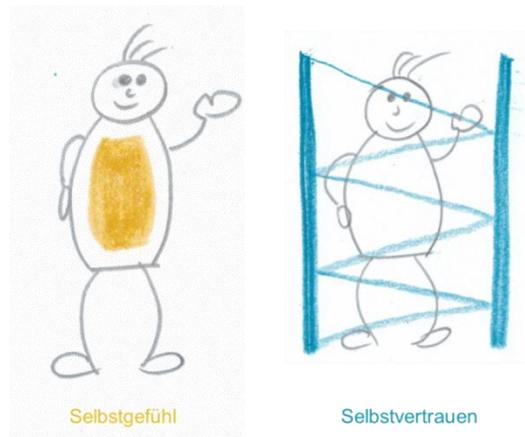
„Je besser wir eine Sache beherrschen, desto mehr vertrauen wir uns selbst.“ Jesper Juul in 5 Grundsteine für die Familie, S. 52

Wie unterscheidet sich nun das Selbstgefühl vom Selbstvertrauen? Dies möchte ich an einem Beispiel erklären. Ein jugendliches Mädchen nimmt bei einem Kreativworkshop teil. Es arbeitet genauso wie alle anderen Teilnehmer an seinem Projekt. Am Ende stellt sie allerdings fest, dass ihr Kunstwerk sich deutlich von anderen Teilnehmern unterscheidet und sie kommt zu dem Schluss, dass sich ihre gestalterische Kraft in Grenzen hält. Wenn die Jugendliche ein gesundes Selbstgefühl hat, ist sie vielleicht traurig oder etwas enttäuscht darüber. Doch sie kann gut mit der Situation umgehen und denkt sich: „Mir ist es vielleicht nicht so gut gelungen wie den anderen, aber es hat mir viel Freude bereitet.“ Sie kann mit ihrer geringeren Kreativität im Vergleich zu anderen gut umgehen. Ein junges Mädchen mit schwach ausgeprägtem Selbstgefühl hingegen ist enttäuscht, traurig und würde sich selbst abwerten. Sie erkennt, dass sie nicht so kreativ ist wie andere und fühlt sich deshalb weniger wertvoll und auch weniger geliebt. Sie nimmt sich selbst als Versagerin war und beurteilt sich als schlecht. Somit stellt sie ihre Persönlichkeit und ihre Existenz in Frage.

Selbstgefühl und Selbstvertrauen sind daher zwei Paar Schuhe: Sein und Können. Während es beim Selbstgefühl um uns selbst, unser Sein, unsere Persönlichkeit, unsere Existenz geht, bezieht sich das Selbstvertrauen auf das Können, auf unsere Fähigkeiten. Anders gesagt drückt das Selbstgefühl aus wer ich bin, was ich über mich denke und wie ich mit mir selbst umgehe, während das Selbstvertrauen dafür steht was ich gut kann und was ich alles erreichen kann. Es steht also für Fähigkeiten und Leistung.

Das Selbstgefühl ist der innere Kern, während das Selbstvertrauen mehr ein äußeres Gerüst ist, das von außen Halt gibt.

Abbildung 1: Selbstgefühl vs. Selbstvertrauen in Anlehnung an Jesper Juul



Menschen, die ein gesundes Selbstgefühl haben, sind fähig ihr eigenes Können nüchtern und distanziert einzuschätzen. So wie die Jugendliche, die ihre weniger gut ausgeprägte Kreativität erkennt und dies so annimmt ohne sich als Mensch schlecht, unsicher oder ungeliebt zu fühlen. Wenn Menschen ein schwaches Selbstgefühl haben, dann setzen sie ihre Existenz gleich mit ihrem Können. Das heißt wenn sie etwas nicht können, dann fühlen sie sich schlecht, wertlos oder auch ungeliebt.

Ein gesundes Selbstgefühl wirkt positiv auf das Selbstvertrauen, indem der Mensch liebevoll mit sich selbst umgeht, obwohl er eine Schwäche entdeckt hat. Er hat das Vertrauen in sich, dass es okay ist diese Schwäche zu haben oder das noch durch Übung zu lernen. Ein gutes Selbstvertrauen ist allerdings nicht auf das Selbstgefühl übertragbar. Wenn ich in einem Bereich gut bin und dort Selbstvertrauen habe, heißt das noch lange nicht, dass ich andere Dinge auch gut kann und mit mir selbst, so wie ich bin, zufrieden bin. Ein Jugendlicher ist gut in Mathematik, da er in diesem Fach bestimmte Talente und Fähigkeiten hat. Darum hat er ein gutes Selbstvertrauen in Mathematik. Dies ist über die Zeit durch seine positiven Erfahrungen und Erfolge weiter gewachsen. Doch dieses Selbstvertrauen in Mathematik, ist nicht auf andere Bereiche übertragbar. Das heißt der Schüler hat ein gutes Selbstvertrauen in Mathematik, doch sein Selbstvertrauen in Turnen oder Deutsch kann gering sein.

Selbstvertrauen wird gestärkt durch Training, Übung und Coaching. Konstruktive Kritik und Lob sind wichtige Hilfsmittel um das Selbstvertrauen zu entwickeln. Um das Selbstgefühl weiter zu entwickeln, sind vor allem Annehmen und Anerkennen was ist wesentlich. Mehr dazu im Kapitel Jesper Juul's Werkzeuge zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls.

Selbstgefühl und Selbstvertrauen unterscheiden sich deutlich. Während das Selbstgefühl sich um die Person an sich und ihr Sein beschäftigt, geht es beim Selbstvertrauen um das Können und Leisten. Doch gerade als Person wertgeschätzt und gesehen werden ist das

was uns nährt, die Zufriedenheit in unserem Leben und die Qualität der Beziehungen mit anderen Menschen ausmacht.

## **2 Jesper Juul's Werte zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls**

### **2.1 Gleichwürdigkeit**

Gleichwürdigkeit drückt aus, dass jeder von uns als Mensch von gleicher Würde und gleichem Wert ist und somit wertvoll ist so wie er ist. Der Begriff der Gleichwürdigkeit umfasst, dass wir die persönliche Würde und Integrität des anderen achten und respektieren. Es impliziert also, dass die Wünsche, Bedürfnisse, Sichtweisen und Werte des anderen wahr und ernst genommen werden.

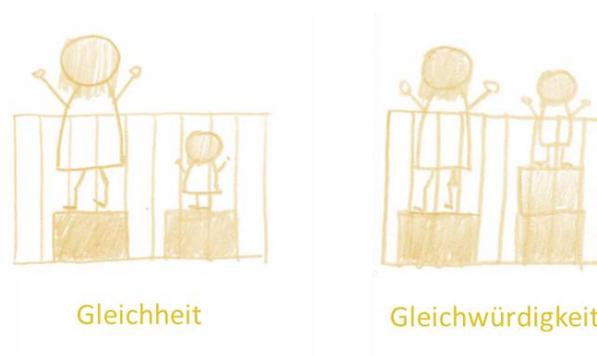
„Was ich „Gleichwürdigkeit“ nenne ist eine Beziehung, in der die Gedanken, Reaktionen, die Gefühle, das Selbstbild, die Träume und die innere Realität des Kindes genauso ernst genommen werden, wie die der Erwachsenen.“ Jesper Juul in Eine umfassende Einsicht in Erziehung – Vom Gehorsam zur Verantwortung, S.3

Für mich heißt Gleichwürdigkeit, dass ich Menschen so annehme wie sie sind, sie auf Augenhöhe behandle, dort abhole wo sie stehen und sie ernst nehme. Ich respektiere deren Gefühle, Gedanken, Bedürfnisse und Wünsche. Allerdings muss ich diese nicht teilen und auch nicht immer erfüllen.

Gleichwürdigkeit möchte ich von anderen ähnlichen Begriffen abgrenzen. Gleichheit bedeutet, alle Menschen gleich, einheitlich zu behandeln. Es ist ein politischer Begriff, der die Gleichstellung zum Beispiel von Geschlechtern ausdrückt. Gleichwürdigkeit ist auch nicht Ebenbürtigkeit, das die gleiche Stärke oder Position (ehemals von gleicher Geburt) ausdrückt.

„Während „Gleichheit“ eine statische, messbare Größe ist, impliziert „gleiche Würde“ einen dynamischen Prozess, eine veränderliche Kategorie, um die man sich in jeder Beziehung stets aufs Neue bemühen muss. Gleichwürdigkeit unterscheidet sich von Gleichheit darin, dass sie keiner bestimmten Rollenverteilung bedarf.“ (Juul, Das kompetente Kind, S. 43)

**Abbildung 2: Bildliche Darstellung von Gleichheit und Gleichwürdigkeit**



Die Fähigkeit gleichwürdig mit seinen Mitmenschen umgehen zu können, hängt von den Erfahrungen in der Herkunftsfamilie ab. Wer in seiner Kindheit einen gleichwürdigen Umgang und gleichwürdige Beziehungen erlebt hat, wird dies auch in seinem Leben umsetzen können. Für die meisten Menschen ist Gleichwürdigkeit allerdings etwas Neues, das sie üben und in ihr tägliches Leben integrieren lernen.

Die Gleichwürdigkeit in sein Leben zu integrieren ist es eine Herausforderung. Da es schwierig ist eine Haltung einzunehmen, die beiden Seiten gleich hilft und nicht die Bedürfnisse des einen über jene des anderen stellt.

Voraussetzung dafür ist die Sprache, die man in seiner Herkunftsfamilie gelernt hat. Denn Gleichwürdigkeit wird gelebt durch die Sprache. Für eine gleichwürdige Begegnung ist die persönliche Sprache und das Einlassen auf die Gedanken, Werte, Gefühle und Ansichten des anderen notwendig. In einem gleichwürdigen Dialog bringt jeder seine Standpunkte ein und wird so gesehen und wahrgenommen. Wichtig ist dabei das aufmerksame Zuhören und das Ernstnehmen der Position des anderen. Mehr über die Bedeutung der Sprache im Kapitel Jesper Juul's Werkzeuge zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls.

## **2.2 Integrität**

Unter Integrität versteht Jesper Juul die physischen und psychischen Grenzen und Bedürfnisse jedes einzelnen Menschen.

„Persönliche Integrität als zentraler Wert des Familienlebens ist also die Summe aus Gefühlen, Werten und Gedanken des Einzelnen sowie dem Respekt, den man selbst und die anderen ihm entgegenbringen.“ (Juul, Was Familien trägt, S. 55)

Im Leben bewegen wir uns täglich zwischen zwei Polen – Integrität und Kooperation. Jeder Mensch strebt danach eine Balance zwischen diesen Polen zu finden, denn zum einen wollen wir unser Leben nach unseren Vorstellungen und Bedürfnissen leben, zum anderen

wollen wir mit den Menschen, die uns am meisten bedeuten, kooperieren d.h. sie nachahmen und sich ihnen anpassen. Kooperation ermöglicht es uns mit anderen Menschen zusammenarbeiten und sich mit ihnen zu einer Gruppe dazu gehörig zu fühlen. In anderen Worten heißt es, dass wir uns durch Kooperation an das was gewünscht und erwartet wird anpassen können. Gleichzeitig verzichten wir dadurch aber auf einen Teil unserer Integrität, nämlich auf das was uns wichtig und bedeutsam ist. Es ist also ein Balanceakt, den wir jeden Tag aufs Neue erleben. Für Kinder und Jugendliche ist es ein wichtiger Prozess in der psychosozialen Entwicklung und für Erwachsene ein persönlicher und beruflicher Reifungsprozess.

„Wir sprechen darüber, dass Kinder und Jugendliche Grenzen brauchen, statt zu berücksichtigen, dass sie Grenzen haben, mit denen wir sorgsam und respektvoll umgehen sollten, wenn wir erwarten, dass sie auch mit unseren Grenzen sorgsam und respektvoll umgehen.“ Jesper Juul in Schulinfarkt, S.123

Integrität ist ein Schlüssel zum Aufbau eines gesunden Selbstgefühls. Indem wir Erwachsene die Integrität der Kinder und Jugendlichen achten, stärken wir ihr Selbstgefühl. Einfach gesprochen heißt es, dass ein Schüler seine persönlichen Grenzen zeigt und damit versucht seine Integrität zu wahren. Wenn es den Erwachsenen gelingt diese persönlichen Grenzen zu achten, trägt dies zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls bei. Denn der Schüler erhält die Rückmeldung „Ich bin okay so wie ich bin.“ Oder „Ich darf so sein wie ich bin.“

Wenn die Integrität von Kindern und Jugendlichen bewusst oder unbewusst verletzt wird, kommen sie zur Erkenntnis, dass mit ihnen etwas nicht stimmt. Denn sie kooperieren immer mit den Erwachsenen und glauben eher, dass sie etwas falsch machen, als dass ihre Eltern oder andere Bezugspersonen sich falsch verhalten. Die Folge ist, dass das Selbstgefühl sich nicht gesund entwickeln kann und diese Kinder und Jugendlichen Schuldgefühle aufbauen.

Die Aufgabe von uns Erwachsenen ist es die Kinder und Jugendliche zu beobachten und darauf zu achten was sie tatsächlich brauchen und sie uns mit ihrem Verhalten sagen möchten. Dadurch erkennen wir ihre Individualität an. Sie dürfen sich so entwickeln wie sie sind und werden nicht nach den Erwartungen ihrer Bezugspersonen geformt. Dadurch erleben sie die besten Entwicklungs- und Entfaltungsmöglichkeiten.

„Wenn Eltern bewusst für die Integrität ihres Kindes sorgen, indem sie seine Versuche, sich abzugrenzen und sich zu zeigen, respektieren, schaffen sie eine optimale Grundlage zur Entwicklung seines gesunden Selbstgefühls.“ Jesper Juul in 5 Grundsteine für die Familie, S. 52

Wichtig ist auch die Integrität der Erwachsenen zu schützen. Wenn es ihnen gelingt ihre eigenen persönlichen Grenzen zu zeigen und somit sich selbst und ihre Werte, sind sie ein Vorbild für ihr Umfeld. Die Kinder und Jugendlichen haben dann ein Vorbild an dem sie sich orientieren können, denn sie lernen bewusst und unbewusst von ihren Bezugspersonen.

Zusammenfassend stelle ich fest, dass es für die Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls essentiell ist für die Integrität des Kindes Sorge zu tragen, aber auch für seine eigene.

### **2.3 Persönliche Verantwortung**

Jesper Juul unterscheidet die soziale und die persönliche Verantwortung. Soziale Verantwortung bedeutet für ihn die Verantwortung gegenüber anderen – also die Verantwortung gegenüber der Familie, der Gesellschaft und anderen Gruppen, denen wir angehören. Unter persönlicher Verantwortung versteht er die Verantwortung, die wir uns selbst gegenüber haben – also die Verantwortung für unser Leben: unsere physische, psychische, mentale und spirituelle Gesundheit.

Bisher lag der Schwerpunkt in der Erziehung auf der sozialen Verantwortung. Doch stellte man fest, dass Menschen, die zur sozialen Verantwortung erzogen wurden, meist überverantwortlich gegenüber anderen handeln und somit deren Integrität verletzen. Des Weiteren sind diese Menschen oft frustriert über das Zusammenleben mit anderen, da sie kaum Verantwortung für sich selbst und ihre Bedürfnisse übernehmen.

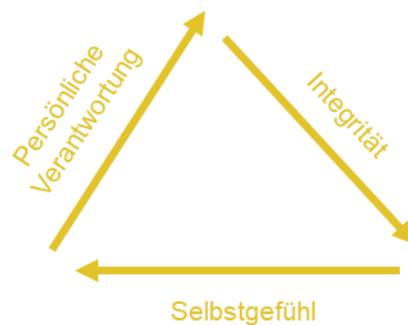
Dies ist auch ein grundlegendes Problem in den Familien und in der Schule, da Eltern und auch Lehrer zu wenig Verantwortung für sich selbst und ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen übernehmen. Statt auf sich selbst zu achten und sich um sich selbst zu kümmern, sind Schuldzuweisungen, Diskussionen und Co vorrangig. Kinder und Jugendliche übernehmen diese Verhaltensweisen und lernen dadurch nicht eigenverantwortlich zu agieren, obwohl das ihrem Naturell entspricht und sie das mit ihrem Verhalten unbewusst immer wieder ausdrücken.

Dies ist meiner Meinung nach der Hintergrund, warum wir heute in einer Zeit mit vielen Anleitungen, Anweisungen und Regeln leben. „Mach das so.“ „Nein, das darf man nicht.“ und viele andere ähnliche Aussagen prägen den Umgang mit Kindern und Jugendlichen. Für mich ist es von besonderer Bedeutung Kindern und Jugendlichen möglichst viel Raum zu geben ihre eigenen Erfahrungen zu machen. Grundvoraussetzung dafür ist ihnen die Verantwortung zu übertragen. Dann heißt es für die Bezugspersonen zu vertrauen, dass die Kinder und Jugendlichen das selber schaffen. Falls es doch nicht gut geht, ist es auch eine wertvolle Erfahrung, aus der die Jugendlichen lernen können. Immerhin gehören Fehler zum Leben und jeder von uns macht täglich Fehler. Sich diese einzugestehen und die Haltung zu

haben aus Fehlern lernen zu können, trägt zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls bei.

Um die persönliche Verantwortung von Schülern zu entwickeln, ist es notwendig sie zu ermutigen eigene Entscheidungen zu treffen und diese anzuerkennen. Darüber hinaus ist es die Aufgabe von Erwachsenen die Jugendlichen zu begleiten wie sie die Verantwortung für ihr eigenes Tun übernehmen können. Gelingt dies trägt es maßgeblich zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls und Selbstvertrauens bei. Denn durch das Übernehmen von persönlicher Verantwortung, wahren die Schüler ihre Integrität und dies wirkt positiv auf das Selbstgefühl (siehe Abbildung 3).

**Abbildung 3: Zusammenhang persönliche Verantwortung, Integrität und Selbstgefühl (J. Juul und H. Jensen, Vom Gehorsam zur Verantwortung, S. 88)**



„Schulen sollen dazu beitragen, dass die Schüler und Schülerinnen aktive Verantwortung für ihr eigenes Lernen übernehmen.“ J. Juul und H. Jensen, Vom Gehorsam zur Verantwortung, S. 93

Um die Entwicklung der persönlichen Verantwortung von Kindern und Jugendlichen zu fördern, braucht es Erwachsene, die Führung und sowohl persönliche als auch soziale Verantwortung übernehmen. Je kleiner Kinder sind, umso mehr brauchen sie die Führung von Erwachsenen. Je älter sie werden umso weniger Führung, dafür umso mehr Bestehand in Form von Begleitung und Beratung brauchen sie. Erwachsene werden dann zu Sparing Partnern.

Führung, die Schüler brauchen, ist charakterisiert durch das Berücksichtigen der Bedürfnisse des Kindes, die Beziehung zwischen Schülern und Lehrern und Führungskompetenzen wie Authentizität, Interesse, Anerkennung, Entscheidungsfähigkeit, Konfliktfähigkeit und Empathie. An dieser Stelle möchte ich zur Vertiefung dieses Themas an die Bücher „Von Gehorsam zur Verantwortung“ und „Leitwölfe sein“ verweisen, da es sonst den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde.

### 3 Jesper Juul's Werkzeuge zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls

In diesem Kapitel möchte ich einen kurzen Überblick über die Werkzeuge geben, die zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls von Jugendlichen beitragen. Dieser Teil ist bewusst kurz gehalten, da durch die anschließenden Fallbeispiele die Werkzeuge, glaube ich, noch besser erklärt und verstanden werden können.

#### **In Kontakt sein – Beziehung aufbauen und in Beziehung sein**

Um mit einem Kind in Kontakt zu kommen und eine Beziehung aufzubauen ist es Grundvoraussetzung eine offene, vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen. Indem wir Kinder nur Fragen stellen, ohne echtes Interesse an dem Kind und seiner Persönlichkeit, werden wir nur einfach Antworten auf die Fragen bekommen. In der Folge entsteht kein Kontakt, es kann sich keine echt, authentische Beziehung entwickeln.

Wenn wir allerdings uns selbst öffnen und von uns selbst erzählen, schaffen wir eine offene Atmosphäre. Anstatt Small-Talk-Fragen erzählen wir von uns und das Kind wird mit der Zeit auch über sich zu sprechen beginnen. Genauso ist es wenn wir Erwachsenen den Kindern aufmerksam zuhören mit ehrlichem Interesse und Neugierde nachfragen. Dann kann sich der andere zeigen so wie er ist und wir lernen wir uns gegenseitig kennen. Über die Zeit öffnet das Kind sich immer öfters. Mit den Themen, die es beschäftigen, wird es zu den Erwachsenen kommen. Dann heißt es aufmerksam zuhören und mit Empathie präsent sein. Dies stärkt die Beziehung und das gegenseitige Vertrauen wächst Stück für Stück.

#### **Persönliche Sprache und Rückmeldungen**

Mit der persönlichen Sprache drücken wir unsere eigenen Grenzen, Bedürfnisse, Gefühle, Gedanken und Werte aus. Sie hilft uns zu sagen was wir jetzt wollen, brauchen oder für uns wichtig ist. Durch diese persönliche Ausdruckweise sprechen über uns selbst und nicht über den anderen und bleiben somit in der Aufmerksamkeit bei uns. Die persönliche Sprache verwendet primär ich-Botschaften, ist kurz, klar und sehr einfach.

„Ich möchte, dass du die Sachen wieder wegräumst, nachdem du dir ein Brot geschmiert hast.“

„Ich möchte, dass wir eine Verabredung treffen, was deine Turnsachen angeht. Von jetzt an bist du selbst dafür verantwortlich, sie aus der Tasche zu nehmen und in den Wäschekorb zu legen.“ Jesper Juul, Nein aus Liebe, S 46

Wenn wir uns persönlich ausdrücken, sind wir authentisch und sprechen aus dem Herzen. Dann stimmt unser non-verbales Verhalten mit dem Gesagten überein. Das heißt die

gesprochenen Worte, der Tonfall und die Körpersprache passen zusammen. Daher und weil wir dann sagen was wir tatsächlich meinen, kommt unsere Botschaft bei den Kindern an. So verstehen sie die Erwachsenen und können kooperieren. Je deutlicher Erwachsene zum Ausdruck bringen was sie selbst wollen, desto mehr kooperieren Kinder.

„Je besser es Ihnen gelingt, Ihre Worte mit Ihrer Persönlichkeit in Einklang zu bringen, desto mehr werden Ihr Selbstvertrauen sowie der Respekt und das Verständnis Ihrer Umgebung wachsen, desto kooperativer werden Ihre Kinder sein, desto weniger Einsamkeit, Konflikte, Stress und Frustration werden Sie erleben.“ Jesper Juul, Nein aus Liebe, S. 50

### **Zeit und Raum geben – Take 5**

Jesper Juul hat den Begriff „Take five!“ geprägt, in dem er Eltern und anderen Menschen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, empfahl Kindern Zeit zu geben. Sie sollten dem Kind oder dem Jugendlichen fünf Sekunden, Minuten, Stunden, Tage oder sogar Wochen Zeit geben über das Anliegen des Erwachsens nachzudenken. Indem Kinder und Jugendliche sich zu einem späteren Zeitpunkt aus freien Stücken zu dem, das die Erwachsenen gerne hätten, entschließen können, können sie besser und leicht kooperieren, da sie dadurch auch ihre Integrität wahren können. Das heißt Erwachsenen, denen es gelingt Zeit zu geben, werden mit mehr Zusammenarbeit belohnt.

Zeit geben heißt für mich einen Raum zur Verfügung stellen, wo sich etwas entwickeln und etwas entstehen kann. Das Kind oder der Jugendliche kann sich aus freien Stücken entscheiden etwas zu machen oder auch nicht. Durch diesen Raum wird die Integrität des Kindes oder Jugendlichen geschützt und das Selbstgefühl entwickelt sich dadurch weiter.

### **Anerkennung**

Um ein gesundes Selbstgefühl entwickeln zu können, brauchen Kinder und Jugendliche Anerkennung ihre Person – also wer und was sie sind und ausmacht. Das heißt, dass wir Erwachsene sie so sehen und akzeptieren wie sie sind. Wir nehmen wahr was gerade in ihnen vorgeht und sprechen dies aus. Zum Beispiel: „Dieses Thema in Mathematik ist gerade schwierig für dich.“ oder „Ah, du scheinst sehr wütend zu sein.“ oder „Ich sehe, diese Aufgabe bereitet dir Freude.“

„So wie wir uns unseren Kindern gegenüber verhalten, so verhalten sie sich selbst gegenüber. Wenn wir das, was in ihnen vorgeht, ernst nehmen, werden sie dies selbst einmal für sich tun können. Wenn wir zudem noch unsere Freude darüber, dass es sie in unserem Leben gibt

ausdrücken können und genießen, erleben sie, dass ihr Sein einen Wert für uns hat und nicht nur ihre Leistung.“ Jesper Juul in Schulinfarkt, S. 121

## **4 Bericht aus der Schule**

In diesem Kapitel stelle ich meine Aufgabe als Schulassistentin sowie Fallbeispiele aus dem Schulalltag vor, wo ich die Werte und die Werkzeuge von Jesper Juul umgesetzt habe. Dies war für mich ein Lernprozess, da das Umfeld Schule für mich neu war und auch meine Haltung und Sichtweise zu Themen in der Schule neu und anders waren. Ich möchte damit zeigen wie die innere Haltung einer Bezugsperson im Schulumfeld auf die Schüler wirkt und in Folge positiv auf die Entwicklung des Selbstgefühls wirkt. In den einzelnen Beispielen fokussiere ich mich auf ausgewählte Werte oder Werkzeuge, die ich in dieser Situation als besonders hilfreich

Meine Beispiele beziehen sich auf meine Tätigkeit an zwei Schulen in Oberösterreich. Dort habe ich jeweils mit Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren gearbeitet.

### **4.1 Meine Rolle als Schulassistentin**

Als Schulassistentin begleite ich Jugendliche mit besonderen Bedürfnissen im Schulalltag. Durch die Schulassistenz wird es Kindern mit geistigen oder körperlichen Einschränkungen möglich an einer Regelschule in Form einer Integrationsklasse teilzunehmen.

In meinem Fall haben sich die Aufgaben der Assistenz auf folgende Tätigkeiten fokussiert:

- Unterstützung bei schulischen Aufgaben
- Emotionale Unterstützung des Kindes und Stärkung der Persönlichkeit
- Unterstützung des Kindes in der Selbstständigkeit
- Integration in den Schulunterricht durch aktive Teilnahme des Kindes am gemeinsamen Unterricht
- Ermöglichen von sozialen Kontakten zu anderen Kindern

## 4.2 Fallbeispiele Stephanie

### „Ich mag Mathematik nicht.“

Als ich diese Schülerin kennenlernte und die erste Matheaufgabe mit ihr machte äußert sie gleich direkt: „Ich bin in Mathematik schlecht.“ Sie saß vor dem Übungsblatt und erzählte mir alles Mögliche warum sie es nicht machen konnte. Im Gespräch entdeckten wir den „Schweinehund“, der sie abhielt Dinge zu machen. Ich erzählte ihr, dass auch mir Dinge manchmal schwer fallen und ich mich überwinden muss. Ich berichtete ihr von meinem „Schweinehund“ und wie ich mit ihm umgehe. Sie hörte interessiert zu und konnte sich dann aus freien Stücken dazu entschließen das Mathematikblatt zu machen.

Diese Situation machte mir deutlich wie wertvoll es ist sich Zeit zu nehmen und mit der Schülerin darüber zu sprechen was gerade mit ihr los ist. Ich habe dabei ihre persönlichen Grenzen und Gedanken ernst genommen und versucht ihr das Gefühl zu geben, dass sie damit nicht alleine ist. Indem ich ihr das Gefühl gebe, dass es okay ist, dass sie sich ab und zu überwinden muss, und ihr die Zeit gebe, die sie braucht, kann sie die Ablehnung überwinden und ihr Mathematikblatt ausfüllen. Oft braucht es „nur“ ein Gespräch und etwas Zeit um eine Situation zu lösen. Dadurch fühlen sich Schüler in ihrer Welt ernst und wahrgenommen. Diese Erfahrung trägt zur gesunden Entwicklung des Selbstgefühls und des Selbstvertrauens bei.

In den nächsten Mathematikstunden gingen es schon besser. Das heißt sie begann mit den Mathematikübungszettlen. Doch die Schülerin sprach immer wieder aus: „Ich mag Mathe nicht. Ich bin so schlecht in Mathe“. In einer Einheit schlug die Sonderpädagogin vor, dass die Schülerin heute nicht mit den Fingern rechnen sollte. Ich merke wie dieser Vorschlag die Schülerin irritierte und wie sehr sie mit den Aufgaben überfordert war, wenn sie ihre Finger nicht verwenden durfte. Daher sprach ich die Schülerin auf meine Beobachtung an und sie meldete zurück: „Ich brauche die Finger, sonst kann ich es nicht.“ Da sich das für mich ehrlich und echt anfühlte, teilte ich meine Beobachtung mit der Sonderpädagogin. Diese war nicht begeistert, doch nach einiger Zeit fanden wir einen Kompromiss: Sie durfte den Rechenschieber statt den Fingern verwenden. Die Schülerin war erleichtert und arbeitete mit dem Rechenschieber.

Mir zeigte diese Situation, dass Schüler Zeit und Vertrauen brauchen und wie dies das Selbstvertrauen und das Selbstgefühl stärkt. Dazu kommt, dass durch diese Maßnahme das Kind mit seiner Sorge beziehungsweise Überforderung ernstgenommen wurde. Eine Erfahrung, die jedem Menschen gut tut. Außerdem denke ich zeigt diese Situation wie die Schülerin ihre persönliche Grenze geäußert hat und wie ich ihr geholfen habe diese zu

wahren. Schließlich war es auch für die Lehrerin kein Problem und wie sich zeigte war es der richtige Schritt in die richtige Richtung.

Nach einigen Einheiten mit den Rechenschiebern schlug die Sonderpädagogin vor den Rechenschieber nun mal wegzugeben. Das Kind protestierte. Ich beobachtete die Situation und nahm den Stress der Schülerin wahr. Doch ich blieb in der Beobachterrolle. Die Schülerin fühlte sich einfach nicht wohl ohne Rechenschieber und ich merkte, dass sie verzagte und wieder in den Modus kam: „Ich bin in Mathe schlecht. Ich kann es nicht.“ Daraufhin sprach ich mit der Lehrerin darüber wie ich die Situation erlebte. Wir besprachen wieder, dass Kinder, von alleine den nächsten Schritt gehen, wenn sie dafür bereit sind. Die Lehrerin ließ sich darauf ein und wir entschieden, dass die Schülerin nun alleine entscheiden darf wie lange sie den Rechenschieber verwenden will.

Durch dieses Zugeständnis gewann die Schülerin Sicherheit bei den Übungszetteln. Ich hatte den Eindruck, dass sie immer besser mit dem Rechnen zurechtkommt. In einer Einheit beobachtete ich, dass sie wieder mit einem Übungsblatt begann und dabei den Rechenschieber gar nicht verwendet. Ich arbeitete zu diesem Zeitpunkt mit einem anderen Kind und thematisierte meine Beobachtung nicht. Einige Zeit später erzählte sie mir voller Stolz: „Ich brauche den Rechenrahmen jetzt nicht mehr. Ich kann es jetzt alleine.“ Ich spiegelte ihr ihre Freude und freute mich mit ihr.

Durch diesen Prozess mit dieser Schülerin über mehrere Mathematikeinheiten habe ich gelernt wie wertvoll es ist Schülern Vertrauen zu schenken und ihnen die Zeit zu geben, die sie brauchen. Das Vertrauen in sie, dass sie es irgendwann alleine ohne Rechenschieber schaffen wird, wirkt positiv auf das Selbstgefühl und somit auch das Selbstvertrauen der Schülerin. Dies zeigte mir ihre Rückmeldung: „Ich brauchen den Rechenschieber nicht mehr. Ich kann es jetzt alleine.“

Darüber hinaus wurde mir klar wie wertvoll es für Schüler ist ihre Grenzen zu erkennen und zu achten, da sie selbst zwar oft für ihre Integrität eintreten (wie in diesem Beispiel der Protest als der Rechenschieber wegkam), aber meist von den Lehrkräften nicht ernst genommen werden. Diese wollen zwar nur das Beste und handeln aus guter Absicht, um dem Kind etwas zu vermitteln. Doch meiner Beobachtung nach schwächt das eher das Selbstgefühl und das Selbstvertrauen, als es langfristig hilft. In anderen Worten es ist vielleicht ein kurzfristiger Nutzen da, doch langfristig wirkt es sich eher negativ auf das Selbstgefühl und Selbstvertrauen aus.

### 4.3 Fallbeispiel Melissa

#### Situation Mathematikunterricht

In einer Mathematikeinheit gab mir die Lehrerin Textaufgaben, die ich gemeinsam mit der Schülerin bearbeiten sollte. Als die Schülerin dies mitbekam, zwickte sie sich bei der Schultasche ihren Finger ein. Für sie war dies schlimm und der Finger schmerzte. Als ich fragte, was ich für sie tun kann, bekam ich keine Antwort. Ich besorgte ein Pflaster, allerdings half dies auch nicht. Auch das Anerkennen des Schmerzes veränderte die Situation nicht. Die Schülerin saß gebeugt am Boden, wandte ihren Blick ab und jammerte wegen ihrem Finger. An Mathematik war nicht zu denken.

Mir wurde bewusst, dass ihr Verhalten vermutlich nichts mit der Verletzung des Fingers zu tun hatte, sondern viel mehr mit Textaufgaben. Ich kannte die Schülerin soweit, dass sinnerfassendes Lesen und logisches Kombinieren für sie eine große Herausforderung sind. Ich gewann den Eindruck, dass sie mir mit ihrem Verhalten ihre persönliche Grenze für das Niveau in Mathematik zeigen wollte. Immerhin wussten die Lehrerin und ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht genau was die Schülerin in Mathematik alles konnte und was auch in ihrem Denken möglich ist. Es ging um ein Kennenlernen und Herausfinden. Als mir das klar war, meldete ich dies der Sonderpädagogin zurück. Denn ich wusste, dass sie diese schweren Matheaufgaben nur mit mir gemeinsam machen konnte. Doch das war „nur“ ein ausgefülltes Blatt bei dem die Schülerin indirekt spürte, dass sie gewisse Mathematikaufgaben nur mit mir machen konnte. Diese Abhängigkeit wirkt negativ auf die Entwicklung des Selbstgefühls und Selbstvertrauens und ob die Inhalte hängen bleiben und verstanden werden, war für mich fraglich.

Das Ergebnis: wir bekamen einen leichten Übungszettel. Die Schülerin blickte mich erleichtert an und begann gleich mit den Aufgaben. Dieses Verhalten war für mich eine Bestätigung, dass ich ihre persönliche Grenze erkannt habe und ihr half ihre Integrität zu schützen. Dazu kommt noch die Gleichwürdigkeit nämlich das Annehmen der Situation wie sie ist und das Abholen der Schülerin wo sie tatsächlich steht.

Mit ihrem weiteren Verhalten zeigte mir die Schülerin, dass sie selbstständig arbeiten möchten und keine Unterstützung von mir brauchte. Sie wandte sich mit ihrem Körper von mir ab und war total konzentriert auf ihr Mathe-Blatt und ihren Rechenschieber. Auch diese Grenze akzeptierte ich und merkte wie wichtig es ist persönliche Verantwortung zu übertragen. Dadurch können Schüler selbstständig und eigenständig Aufgaben lösen was wiederum positiv auf das Selbstgefühl wirkt.

Ich nutzte die Zeit um sie zu beobachten und um einfach da zu sein. Ich spürte wie gut mir diese Präsenz im Hier und Jetzt und das Loslassen der Schülerin tat. Sie rechnete jede Aufgabe mehrmals. Dabei führte sie einen Dialog mit sich selbst. Ich musste mich bewusst zurücknehmen, da ich ihr gerne bei der dritten oder spätestens bei der fünften Wiederholung gesagt hätte, dass die Rechnung richtig ist. Doch meine innere Führung hielt mich zurück. Mit dem Ergebnis, dass die Schülerin auf einmal alleine zu dem Schluss kam: „Ja, das ist richtig.“ Sie freute sich und setzte mit der nächsten Rechnung fort. Diese Situation war für mich eine Herausforderung, da ich gerne eingreife oder gerne ein Lob oder eine Anerkennung rückmelde. Außerdem war da noch die Zeit. In diesem Tempo war mir klar, dass sie auch die Deutschstunde für diesen Mathe-Zettel brauchte. Diese Erwartungen und den Druck in mir im Stundenplan folgen zu müssen, lies ich los. Obwohl ich wusste, dass es für die Sonderpädagogin okay ist, war es ein Muster, das sich bei mir immer wieder zeigte und an dem ich arbeitete. Von meiner Ausbildung wusste ich wie wichtig es ist Kindern Zeit und Raum zu geben. Dies war auch in diesem Fall hilfreich.

Das zur Verfügung stellen von ausreichend Zeit und das bewusste Zurückhalten von meinen Kommentaren hat bei der Schülerin, so glaube ich, das Selbstvertrauen und das Selbstgefühl gestärkt. Denn sie war am Schluss riesig stolz auf sich selbst und präsentierte mir mit voller Freude den Mathe-Zettel.

Gemeinsam kontrollierten wir Rechnung für Rechnung. Ich meldete ihr mit einem Strahlen zurück: „Ich freue mich so und ich bin so stolz auf dich. Fast alle Rechnungen sind richtig.“ Diese persönliche Botschaft kam aus meinem Herzen, war ernst und ehrlich gemeint. Ich hatte den Eindruck, dass das die Schülerin spürte. Seitdem sagte sie immer wieder mal zu mir: „Du bist stolz auf mich.“ und strahlte dabei über das ganze Gesicht.

Dieses Erlebnis zeigt mir wie wertvoll persönliche Botschaften sind und was diese Form der Anerkennung bei anderen Menschen auslöst. Darüber hinaus waren das Erkennen und Akzeptieren ihrer persönlichen Grenze, das Loslassen indem ich ihr die Verantwortung für die Bearbeitung des Mathe-Zettel lies und das Zurückhalten von typischen Mustern „wie es muss in der Mathe Stunde fertig werden“, stärkend für unsere Beziehung und für das Selbstgefühl der Schülerin. Ich staunte über die große Wirkung dieser kleinen Alltagssituation.

### **Situation Deutschunterricht mit Memory Obstkarten**

Für den Deutschunterricht hatte die Sonderpädagogin eine Memory Übung vorbereitet. Es gab ein Übungsblatt mit Kärtchen mit Bildern von diversen Obstsorten und ein zweites Übungsblatt mit Kärtchen, wo die Begriffe der Obstsorten geschrieben waren. Die Aufgabe war es diese auszuschneiden, zueinander passend aufzulegen und aufzukleben.

Die Schülerin freute sich sehr über die Aufgabe. Sie strahlte und war äußerst motiviert. Dies zeigte sich darin, dass sie sofort alle notwendigen Utensilien herausholte und loslegte. Es war wieder ein Moment, wo ich spürte wie wertvoll es ist jemanden dort abzuholen wo er steht und wie wichtig die Balance zwischen Herausforderung und Komfortzone ist. Damit meine ich, dass Aufgaben Schüler fordern sollten, damit sie Neues und mehr lernen, aber gleichzeitig braucht es auch immer wieder einfache Übungen, um Wissen zu vertiefen oder etwas zu entspannen. Ich denke im Berufsleben geht es vielen Erwachsenen ähnlich, da sie sich über neue Aufgaben und Herausforderungen freuen, aber auch froh sind, wenn sich gewisse Aufgaben wiederholen und es an manchen Tagen mehr Routinearbeit gibt.

Durch ihre abgewandte und auf die Aufgabe fokussierte Körpersprache hat mir die Schülerin wieder klar gezeigt, dass sie alleine arbeiten will und keine Hilfe von mir braucht. Sie drehte mir den Rücken zu, schaute mich nicht an. Als ich das akzeptierte, hat sie begonnen mir während der Arbeit alles Mögliche zu erzählen. Die Gesprächsthemen reichten von ihren Erlebnissen am Wochenende bis hin zu ihren Fragen und Gedanken rund um das Thema Obst. Sie erzählte mir beispielsweise, dass sie einen Marillenbaum im Garten haben, welches Obst sie mag und welches Obst sie nicht kennt (z.B. Granatapfel). Es entstand ein wunderbares, offenes Gespräch. Ich hatte das Gefühl, dass wir gut in Kontakt waren und dies unsere Beziehung stärkte.

Für mich gab es in dieser kleinen Alltagssituation wieder viel zu erkennen. Zum einen zu sehen wie wertvoll es ist und wie gut es tut, jemanden dort abzuholen wo er steht. Wie wichtig es ist jemanden auf Augenhöhe mit Würde zu behandeln und so anzunehmen wie er ist. Dies ist für mich ein Beispiel für gelebte Gleichwürdigkeit. Zum anderen zeigte mir diese Situation wie wichtig es ist die persönlichen Grenzen des anderen zu erkennen und zu akzeptieren. Die Schülerin hat ihre Grenze gezeigt, in dem sie sich abwendete und fokussiert arbeitete. Ich habe ihre Integrität geachtet, weil ich die Grenze respektierte und sie tun lies. Ich stand wirklich nur für Fragen, die sie aktiv an mich heranbrachte, zur Verfügung. Das war genau einmal der Fall als sie sich nicht sicher war, ob das die Marille und das der Pfirsich ist. Bei mir entstand der Eindruck, dass durch das Akzeptieren ihrer Grenze jeder bei sich war und daraus die Möglichkeit für ein offenes, wunderbares Gespräch entstand. In diesem habe ich noch mehr über die Schülerin und ihr Leben erfahren und wir beide haben uns ein Stückchen besser kennengelernt.

### **Situation Informatikunterricht**

Informatik mag diese Schülerin mit besonderen Bedürfnissen gerne, da sie mit dem PC trotz ihrer Beeinträchtigung gut umgehen kann. Daher machte sie beim allgemeinen Unterricht mit, allerdings in ihrem Tempo und sie lies gewisse Aufgaben, die zu schwierig waren aus.

Meine Aufgabe ist war in Abstimmung mit der Lehrerin die Aufgaben auszuwählen und sie durch die Aufgaben zu führen sowie bei Fragen zu helfen. Die Aufgaben löste sie meist alleine. Der Schülerin war auch hier wichtig, dass sie selbstständig arbeitet und zeigte mir dies immer wieder mit ihrer abgewandten Körperhaltung und ihrem konzentrierten Fokus auf den PC. An einem Dienstag, wo Informatik in der letzten Stunde war, wollte die Schülerin die Aufgaben nicht machen. Sie stieg einfach in MS Teams ein und begann zu schreiben. Sie zeigte mir mit ihrem Verhalten deutlich, dass heute lernen nicht mehr geht. Ich akzeptierte ihre Grenze und begann mit ihr über MS Teams Nachrichten zu schreiben. Dies war auch für die Lehrerin in Ordnung. Die Schülerin hatte sehr viel Freude beim Schreiben und ich lernte sie durch diesen Chat wieder ein bisschen besser kennen.

Es ist schön, dass ich mich bei der Begleitung von Jugendlichen mit besonderen Bedürfnissen auf deren Situation einlassen und auch eine Unterrichtseinheit als Pause vom Lernen oder vom Lehrplan nehmen konnte. In dieser Situation setzte sich die Schülerin für ihre Integrität ein, indem sie zeigte, dass jetzt mehr nicht geht. Ich hatte den Raum sie dort abzuholen wo sie steht und ihr mit Gleichwürdigkeit zu begegnen. Dies stärkte wieder unsere Beziehung und auch ihr Selbstgefühl, da sie auf sich selbst achtete und ihre Grenzen respektiert wurden. Dadurch wurde sie „gesehen“ und angenommen wie sie ist, was nach Jesper Juul die Nahrung für das Selbstgefühl ist.

#### **4.4 Fallbeispiel Kochunterricht**

In einer Kocheinheit ging es der leitenden Kochlehrerin nicht gut, so dass sich die Begleitlehrerin um sie kümmerte. Sie fragten mich, ob es okay ist, dass ich mit den Schülern das Gericht koche bis sie wieder zurück sind. Für mich war das in Ordnung, da ich sah wie sehr die Lehrerin Unterstützung brauchte.

Mein Zugang zu der Stunde war: Die Schüler kochen selbstständig das Gericht und ich bin da, wenn sie Hilfe oder Unterstützung brauchen. Dabei war ich für alle Schüler gleichermaßen da.

Die Schülerin mit besonderen Bedürfnissen, die ich im Schulalltag primär begleitete, war auch dabei. Für mich war sie in diesem Moment eine Schülerin wie alle anderen in Gruppe. Das tat der Schülerin sehr gut, da sie ein gleichwürdiges Mitglied der Gemeinschaft war und ihre „Glücke“, wie sie mich oft liebevoll bezeichnete, nun nicht nur für sie zuständig war. Ich fragte die Schülerin welche Aufgabe sie übernehmen wollte. Für sie war es klar: Sie möchte Gemüse schneiden. Das tat sie selbstständig. Als sie damit fertig war, übernahm sie die Aufgabe des Umrührens. Sie war an diesem Tag ein integrierter Bestandteil der Gruppe, der seinen Platz gefunden hatte. Außerdem war ihr Bedürfnis nach Autonomie und

Selbstständigkeit erfüllt. Beides – die gleichwürdige Behandlung und das Übernehmen von Verantwortung – trägt zur Entwicklung eines gesunden Selbstgefühls bei.

Außerdem beobachtete ich das Tun aller Schüler aufmerksam. Wenn mir etwas auffiel, dass etwas nicht optimal lief, stellte ich dem Schüler eine dazu passende Frage. Ich versuchte mich bewusst zurückzunehmen und eher als Sparing Partner zu fungieren. Das heißt ich ließ die Schüler selbstständig arbeiten und bei ihren Fragen antwortete ich mit Fragen oder ermutigte sie ihre Idee auszuprobieren um herauszufinden, ob das so klappt oder nicht. Dabei versuchte ich die Haltung zu vermitteln: Probieren geht über Studieren. Trau dich es auszuprobieren, dann weißt du, ob es klappt.

Dazu ein Beispiel, das mir noch klar in Erinnerung ist: Zwei Schüler heizten das Backrohr vor und fragten sich, ob sie den Strudel auf das Blech legen können. Ich fragte sie: „Wie macht ihr das zu Hause?“ Einer antwortete: „Mit Backpapier.“ und ging kurz darauf nachzusehen, ob Backpapier da ist. Er stellte fest, dass keines da war. Ich wurde gefragt: „Was tun wir jetzt?“ und ich antwortete mit einer Gegenfrage: „Was fällt euch noch ein?“ Sie kamen auf die Idee das Blech mit Alufolie auszulegen. Doch auch diese war nicht da. Schließlich entschieden sie das Papier, in dem der Blätterteig eingerollt war, zu verwenden und legten damit das Backblech aus.

Es hat einige Zeit gedauert dieses Problem zu lösen. Doch die Schüler fanden selbstständig heraus wie sie mit der Situation umgehen. Ich merkte wie sie sich freuten, dass sie sich einbringen konnten und ihre Ideen ausprobieren durften. Diese Erfahrungen stärken das Selbstvertrauen und Selbstgefühl, da die Haltung dahinter ist: Ich traue es dir zu. Ich vertraue dir, dass du es schaffst. So wie du es machst, ist es okay.

Ein anderes Beispiel: Wenn ein Schüler einen Arbeitsschritt erledigt hatte, war er meist untätig. Immerhin bekamen sie üblicherweise Schritt für Schritt Anweisungen der Lehrerinnen. Ich hingegen fragte nach in paar Minuten Untätigkeit: „Was machst du jetzt als nächstes?“ Oft war der Schüler ratlos oder unsicher. Durch meine Fragen oder auch durch Hinweise wie „Dann schauen wir mal im Rezept nach.“ fanden die Schüler meist selbstständig heraus was als nächstes zu tun war.

Mit der Zeit wurde die Stimmung der Schüler immer besser. Ich beobachtete viele entspannte Gesichter und einige Schüler begannen miteinander zu tratschen. Die Schüler plauderten untereinander über ihre persönlichen Interessen, z.B. Anime, oder mit mir darüber was sie beruflich machen wollten. Für mich war die Atmosphäre entspannt und gleichwürdig. Jeder konnte so sein wie er war.

Das Gericht wurde in der Zeit fertig und es schmeckte gut. Auch die Küche wurde rechtzeitig in Ordnung gebracht. Obwohl wir für manche Schritte mehr Zeit brauchten, ging sich am Ende alles gut aus. Am Schluss des Unterrichts drückte ich den Schülern meine Wertschätzung aus und hatte den Eindruck, dass sie sich sehr freuten und alle mit einem strahlenden Gesicht nach Hause gingen.

Dieses Erlebnis war für mich selbst überraschend und augenöffnend. Ich stellte einmal mehr fest, dass die Haltung wie man Schülern begegnet den Unterricht verändert, denn sonst war alles gleich wie zu den bisherigen Kocheinheiten. Außerdem bestätigte diese Erfahrung meine Einstellung, dass „kleine“ Dinge auch Großes verändern.

In diesen Stunden beobachtete ich wieder einmal wie das Selbstgefühl und Selbstvertrauen von Schülern sich positiv entwickelt: Zum einen durften die Schüler so sein wie sie sind. Es war okay Fragen zu stellen. Es war okay einen Fehler zu machen. Es war okay seinen eigenen Weg auszuprobieren, um herauszufinden, ob das auch so geht. Zum anderen durften sie die persönliche Verantwortung für das Kochen des Gerichts übernehmen. Sie fühlten sich verantwortlich und sie arbeiteten selbstständig. Dies taten sie meiner Beobachtung nach sehr gerne.

Auch die Begegnung auf Augenhöhe – die Gleichwürdigkeit – wurde gelebt. Ich stellte als Sparing Partner Fragen. Meine Haltung war: Ich weiß es auch nicht, finden wir es gemeinsam heraus. Beziehungsweise es gibt so viele Wege diesen Kochschritt zu machen, probiere deinen aus und wir schauen was passiert. Ich war in meiner Selbstbeobachtung erstaunt wie wenig ich bewertete und wie wenige Anweisungen ich gab. Daraus entstand ein neutraler Raum, wo jeder sein durfte wie er war. Dies ist Nahrung für das Selbstgefühl.

Dieser Nachmittag in der Schulküche bestätigte mir die Theorie im echten Leben. Anweisungen, Anleitungen, Hilfestellungen sind gut gemeint. Doch sie:

- hindern das Übernehmen von persönlicher Verantwortung
- verletzen die Integrität der Schüler
- verhindern die Entfaltung der Fähigkeiten der Schüler
- schwächen somit das Selbstgefühl und damit auch das Selbstvertrauen

Es braucht hingegen Offenheit und Führungsqualitäten der Erwachsenen, die als Sparing Partner mit ihren Fragen zur Verfügung stehen und Verantwortung den Schülern übertragen. Das Begegnen auf Augenhöhe und mit Gleichwürdigkeit sind dabei wichtige Wegweiser. Es braucht Vertrauen und den Mut eigene Entscheidungen zu treffen, Dinge auszuprobieren und gegeben falls aus Fehlern zu lernen.

## 5 Reflexion meiner Tätigkeit als Schulassistentin

### 5.1 Was ich über mich selbst gelernt habe

Die bisherige Zeit als Schulassistentin war für mich persönlich und fachlich in vielerlei Hinsicht wertvoll, da ich durch diese Erfahrungen mich selbst besser kennengelernt und viel über den gleichwürdigen Umgang mit Schülern und Lehrerinnen gelernt habe.

#### **Beziehungsaufbau**

Meine Tätigkeit zeigte mir wie essentiell Beziehungsaufbau ist, um Schüler im Schulalltag gleichwürdig begleiten zu können. Dies ist für mich die Grundvoraussetzung geworden, dass Schüler mir ihre Anliegen und Probleme direkt oder indirekt über non-verbale Signale mitteilen. Als Schlüssel für den Beziehungsaufbau habe ich Offenheit und Neugierde empfunden. Durch mein offenes Naturell und meine aufrichtige Neugierde an den Menschen ist es mir gelungen mit ihnen in Kontakt und folglich in Beziehung zu kommen. Konkret gesprochen habe ich zum einen viel über mich selbst erzählt – wer ich bin und was ich über einzelne Situationen denke. Diese Offenheit und die Einblicke in mein persönliches Leben wie zum Beispiel die einzelnen Bauschritte bei unserem Haus, meine Familie, etc. bildeten die Basis für die Schüler sich auch mir gegenüber zu öffnen und zu zeigen. Zum anderen habe ich interessiert bei Schülern, die mir etwas erzählten, nachgefragt um herauszufinden wer sie sind und wie sie so „ticken“.

Was mir dabei weniger gut gelungen ist, ist auf den „Kodex“ der Schule zu achten. In der Schule sind die Lehrer per du mit den Schülern und die Schüler per Sie mit den Lehrern. Dies fühlte sich für mich gar nicht stimmig an. Daher bot ich den Schülern an, dass sie zu mir du sagen. Für die Schüler mit besonderen Bedürfnissen war das passend. Doch für alle anderen Schüler war es sehr schwierig und verwirrend. Hier hoffe ich im nächsten Schuljahr eine passende Lösung für mich und die Schüler zu finden.

#### **Beobachten und Wahrnehmen**

Im Laufe meiner Ausbildung als Lebens- und Sozialberaterin habe ich gelernt mich mehr und mehr zurückzunehmen und zu beobachten. Diese Qualität hat mir in der Schule weitergeholfen Situationen, vor allem persönliche Grenzen von Schülern wahrzunehmen. Dennoch war ich hier gefordert mich noch mehr zurück zu nehmen und abzuwarten. In anderen Worten meiner Beobachtung noch mehr Zeit zu geben und insbesondere meinem Gegenüber die Möglichkeit bieten sich selber zu äußern oder etwas in der Situation zu verändern. Erst wenn ich den Eindruck hatte, dass jetzt der passende Zeitpunkt ist, habe ich meine Wahrnehmungen und Beobachtungen geäußert. Dies war eine echt Herausforderung

für mich und ich kann jetzt sagen, dass ich mir nicht gedacht hätte, dass ich mich noch mehr zurücknehmen und beobachten kann und darf.

Der Kochunterricht, wo ich teilweise mit den Schülern alleine war, hat mir besonders klar gezeigt wie Schüler ihr Potential entfalten und ihre Selbstgefühl stärken können, wenn ich „nur“ präsent bin. Es braucht oft nicht mehr als da zu sein und Wahrnehmungen in Form von Fragen zu äußern beziehungsweise den Schülern als Sparrings Partner zur Verfügung zu stehen.

### **Beobachtungen aus- und ansprechen**

Ein weiterer Schritt in meiner persönlichen Entwicklung war meine Beobachtungen und Wahrnehmungen wertschätzend und auf Augenhöhe zum passenden Zeitpunkt zu teilen. Dies war eine Herausforderung, da ich niemanden kritisieren oder bewerten wollte und ich dies auch nicht primär zu meiner Tätigkeit als Schulassistentin zählte – insbesondere wenn es nicht um Integrationsschüler ging.

Was ich mit der Zeit merkte ist, dass meine Beobachtungen, wenn ich sie als persönliche Botschaft und wertschätzend formulierte, von meinem Gegenüber ernst genommen wurden. Ein Schlüssel dabei war, dass ich die Beobachtungen los lies und nicht eine Erwartung hatte, dass sich aufgrund meiner Beobachtung etwas änderte. Je mehr mir das gelang – sprich einfach „nur“ neutral und wertschätzend meine Wahrnehmung zu teilen und Erwartungen an weitere Schritte los lies – umso eher fielen meine Äußerungen auf fruchtbaren Boden und brachten eine Veränderung.

Rückblickend wünschte ich mir, dass ich schon früher beziehungsweise viel öfters den Mut gehabt hätte Dinge anzusprechen – besonders dann wenn es um die Integrität der Kinder geht, die nicht geachtet wird. Andererseits frage ich mich immer wieder wo die Grenze ist, dass ich meine Beobachtungen einbringen kann und darf. Sprich was ist meine Verantwortung und wo hört meine Verantwortung auf.

### **Persönliche Grenzen erkennen und akzeptieren**

Meine eigenen persönlichen Grenzen erkennen und äußern ist für mich ein großes Lernfeld. Durch meine Tätigkeit als Schulassistentin hat sich das Thema Grenzen noch mehr vertieft und erweitert. Ich lernte nicht nur meine eigenen Grenzen spüren und äußern, sondern auch die persönlichen Grenzen von anderen Menschen noch besser wahrzunehmen und zu respektieren.

Besonders dankbar bin ich für eine Schülerin mit besonderen Bedürfnissen, mit der ich sehr viel gearbeitet habe. Sie konnte sehr gut ihre eigenen Grenzen non-verbale äußern und ich

konnte diese durch meine Beobachtungsgabe gut verstehen lernen. Dafür war es leider auch notwendig ihre Grenzen zu verletzen, denn erst dadurch konnte ich sie kennen lernen. Schließlich gelang es mir ihre Grenzen zu akzeptieren, auch wenn das vielleicht nicht meinen Erwartungen oder den Vorhaben des Lehrers entsprach. Dies war ein Teil meines Lernprozesses.

### **Gleichwürdigkeit**

Die Gleichwürdigkeit war für mich jener Wert, der am schwierigsten zu begreifen, verstehen und leben war. Die Idee von Gleichwürdigkeit war etwas ganz Neues in meinem Leben. Durch die Schulassistentin habe ich diesen Wert noch besser verstehen und in mein Leben integrieren gelernt.

Aus meiner eigenen Familie sind mir die Werte Gleichwertig und Gleichbehandlung sehr vertraut. Diese brachte ich auch in den Schulalltag ein. Bis ich merkte wie deutlich sich gleichwertig und gleichwürdig voneinander unterscheiden. Ein Kind mit besonderen Bedürfnissen kann nie gleichwertig behandelt werden. Es ist anders. Das ist eine Tatsache. Die Kunst ist meiner Meinung nach diese Schüler mit gleicher Würde zu behandeln und das Gefühl zu vermitteln, dass sie okay sind wie sie sind und auch so zur Klasse und Gemeinschaft dazu gehört.

Ein paar Beispiel dazu, um dies zu konkretisieren: Ein Kind gleichwürdig zu begleiten heißt für mich es am allgemeinen Unterricht mitmachen und teilhaben zu lassen, wenn es sinnvoll ist und das Kind den Inhalten folgen kann. Gleichwürdigkeit heißt für mich auch die Inhalte, die es individuell lernt an seine Bedürfnisse und Fähigkeiten anzupassen, so dass es neues lernt, aber nicht überfordert wird. Gleichwertig heißt für mich, dass ein Schüler mit besonderen Bedürfnissen mit Hilfe der Assistentin am regulären Unterricht teilnehmen kann. Somit wird der Schüler gleichwertig behandelt. Es ist aber nicht gleichwürdig, denn unbewusst wird ihm vermittelt, dass er falsch oder ungenügend ist, weil er eine Assistentin braucht um dabei zu sein. Außerdem wird dies mit einer Abhängigkeit an die Assistentin verknüpft, die im Gegensatz zur Selbstständigkeit und persönlichen Verantwortung steht.

Mit Gleichwürdigkeit verbinde ich auch Situationen und das Schulsystem anzunehmen wie sie sind. Es geht nicht darum zu bewerten und Erwartungen und Träume zu haben wie etwas meiner Meinung nach sein sollte. Es geht vielmehr darum weniger zu bewerten und meine Erwartungen und Interpretationen loszulassen. Dies wurde mir insbesondere im letzten Schuljahr bewusst und diese Erkenntnis verhalf mir Menschen und Situationen leichter anzunehmen wie sie sind und wertschätzend meine Meinung oder Beobachtungen zu äußern ohne jedoch diese an Erwartungen zu knüpfen. Durch diese Veränderung in meiner

Haltung und somit auch in meinem Verhalten haben sich viele wunderbare Situationen und auch Lösungen für Probleme ergeben. Dafür bin ich sehr dankbar.

### **Annehmen wie jemand ist**

All diese Erkenntnisse und Erfahrungen haben mir geholfen Kollegen und Schüler in der Schule anzunehmen wie sie sind. Ehrlich gesagt ist mir das bei manchen Personen besser gelungen als bei anderen. Denn jemanden so anzunehmen wie er ist, heißt ihn nicht zu bewerten, nicht verändern zu wollen und mit seinen Persönlichkeitsmerkmalen und seinem Verhalten zu akzeptieren wie er ist. Auch wenn das für mich schwierig ist, weil es meist konträre Verhaltensweisen und Persönlichkeitsmerkmale zu mir selbst sind. Dies ist vermutlich ein lebenslanger Lernprozess.

Zu zwei Personen habe ich es wirklich geschafft eine Herzensbeziehung aufzubauen und sie so wertzuschätzen wie sie sind. Zum einen ist es eine Sonderpädagogin und zum anderen eine Schülerin mit besonderen Bedürfnissen. Das Ergebnis ist eine wertschätzende Zusammenarbeit und ein Umgang auf Augenhöhe, wo Dinge angesprochen werden können und jeder seine eigenen Rückschlüsse daraus zieht.

## **5.2 Meine Vision für die Schule von morgen**

Die Arbeit mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen in Integrationsklassen, die ich erlebt habe, zeigt mir, dass Schule auch anders möglich ist. Nämlich individueller und auf die Bedürfnisse und die Persönlichkeit des Kindes abgestimmt. Wenn wir als Gesellschaft es schaffen würden diese Ansätze vom Unterricht mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen in den Regelunterricht zu bringen, wäre die Schule ein Ort wo:

- individuelles Lernen – nach den Interessen und im Tempo des Schülers – möglich ist.
- die individuellen Talente der Schülerinnen gefördert und entfaltet werden
- jeder so angenommen wird, wie er oder ist.
- jeder Schüler in seiner Persönlichkeit gestärkt wird für die Herausforderungen des Lebens.

Konkreter gesprochen ist meine Vision für die Schule von morgen:

### **Gelebte Gleichwürdigkeit**

Ich wünsche mir sehr, dass dieses individuelle Eingehen auf die Bedürfnisse und die Persönlichkeit des Schülers nicht nur für Schülerinnen mit besonderen Bedürfnissen möglich ist, sondern für alle Schüler. Denn das wäre für mich gelebte Gleichwürdigkeit – jeden dort abholen wo er steht und ihm helfen sein Potential zu entfalten.

## **Mehr Freiraum für individuelle Bedürfnisse**

Ich träume von einer Schule mit mehr Freiraum für die individuellen Bedürfnisse der Menschen, die sich dort begegnen. Also eine Pause machen zu können, wenn ein Schüler sie braucht. Zum Beispiel wenn beim Lernen gar nichts mehr weitergeht und Konzentration schwierig ist. Oder das Gegenteil mehr als den vorgesehenen Stoff zu lernen, weil es den Schüler gerade interessiert und er das Potential hat jetzt noch mehr zu lernen. Oder dass Schüler mit geringen Deutschkenntnissen nicht nur Sprachkurse angeboten bekommen, sondern auch im Unterricht dort abgeholt werden wo sie stehen. Dies ist eine große Herausforderung an das System, denn dafür müssten wir weg vom Frontalunterricht und hin zu individuellem Unterricht nach den Bedürfnissen der einzelnen Schüler. Allerdings bin ich der Überzeugung, dass auch im Kleinen jede Lehrkraft einen Beitrag in diese Richtung leisten kann und habe dies teilweise in der Schule in einzelnen Fächern miterlebt.

## **Eine Schülerversicherung für jede Klasse**

Unabhängig davon ob es ein oder mehrere Kinder mit besonderen Bedürfnissen gibt, wäre eine Schülerversicherung eine große Unterstützung im Unterricht. Sie kann für alle Schüler da sein und sich um die Schüler kümmern, die gerade etwas brauchen – egal ob es um einen Zuspruch, um ein persönliches Thema, das den Schüler beschäftigt, oder die Unterstützung beim Erarbeiten von Inhalten und Wissen geht. Aber auch für die Lehrer ist eine Assistentin eine Unterstützung, indem sie zum Beispiel administrative Aufgaben übernimmt, kann sich der Lehrer mehr auf den Unterricht und die Schüler fokussieren.

## **Wertschätzender Austausch auf Augenhöhe**

Offenes und ehrliches Feedback zwischen Kollegen, Schülern und Eltern mit einer Begegnung auf Augenhöhe bietet meiner Meinung nach die Möglichkeit gemeinsam Lösungen für Situationen zu finden und Konflikte konstruktiv zu lösen.

Um das zu realisieren wünsche ich mir Aus- und Weiterbildungen für die Lehrer, wo sie lernen mit Kindern in Kontakt und in Beziehung zu kommen, wie sie Dialoge gleichwürdig führen und wie sie Werte wie Integrität, Gleichwürdigkeit und persönliche Verantwortung als Wegweiser im Schulalltag einsetzen können. Es freut mich sehr, dass ich auch Lehrerinnen kennen gelernt habe, die bereits ihren Weg gehen und auf Beziehung und Miteinander im Schulalltag setzen.

## 6 Literatur

Jesper Juul: Dein kompetentes Kind. Rowohlt Taschenbuch Verlag.

Jesper Juul: Familienberatung – Worauf es ankommt, wie sie gelingt. Kösel.

Jesper Juul: 5 Grundsteine für die Familie – Wie Erziehung funktioniert. Kösel.

Jesper Juul: Was Familien trägt – Werte in Erziehung und Partnerschaft. Kösel.

Jesper Juul: Nein aus Liebe. Beltz.

Jesper Juul & Helle Jensen: Vom Gehorsam zur Verantwortung. Beltz

Jesper Juul: Klassiker von Jesper Juul – Take 5!. Familylab Artikel.

Jesper Juul: Eine umfassende Einsicht in Erziehung – Vom Gehorsam zur Verantwortung. Familylab Artikel