

# Inhalt

|                                                                                         |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Vorwort .....</b>                                                                    | <b>9</b>  |
| <br>                                                                                    |           |
| <b>1 Prävention und Gesundheitsförderung –<br/>eine Aufgabe der Schule? .....</b>       | <b>11</b> |
| 1.1 Was ist Prävention? .....                                                           | 11        |
| <i>Grundprävention .....</i>                                                            | <i>11</i> |
| <i>Primärprävention .....</i>                                                           | <i>11</i> |
| <i>Mehrebenenmodell .....</i>                                                           | <i>12</i> |
| <i>Einbezug aller Beteiligten .....</i>                                                 | <i>13</i> |
| <i>Präventionsarbeit an Schulen .....</i>                                               | <i>14</i> |
| 1.2 Was ist Gesundheit? .....                                                           | 15        |
| <i>Prinzipielle Ansatzpunkte zur Gesundheitsförderung<br/>    in der Schule .....</i>   | <i>18</i> |
| <i>Kriterien für eine gute und gesunde Schule .....</i>                                 | <i>18</i> |
| 1.3 Ziele und Verständnis von Prävention und Gesund-<br>heitsförderung in Schulen ..... | 20        |
| <i>Stärkung der Präventionsarbeit .....</i>                                             | <i>20</i> |
| <i>Modernes und effektives Präventionskonzept .....</i>                                 | <i>20</i> |
| 1.4 Präventionsarbeit und Resilienz .....                                               | 21        |
| <br>                                                                                    |           |
| <b>2 Systemische Sichtweisen auf Schulen .....</b>                                      | <b>25</b> |
| 2.1 Systemverständnis und die Beeinflussbarkeit<br>von Menschen .....                   | 25        |
| 2.2 Exkurs: Muster .....                                                                | 27        |
| 2.3 Schulen als autopoetische Systeme .....                                             | 32        |
| 2.4 Ressourcenorientierung und Konstruktivismus .....                                   | 34        |
| 2.5 Zur Autonomie von Schulen .....                                                     | 36        |
| <i>Gestaltungsautonomie und deren Organe .....</i>                                      | <i>37</i> |
| <br>                                                                                    |           |
| <b>3 Beratung zur Präventionsarbeit an Schulen .....</b>                                | <b>39</b> |
| 3.1 Beratungs- und Unterstützungssystem .....                                           | 40        |
| 3.2 Präventionsbeauftragte und ihre Aufgaben .....                                      | 40        |
| <i>Das Prinzip Neutralität und Allparteilichkeit .....</i>                              | <i>42</i> |
| <i>Prinzip Realitätspluralismus .....</i>                                               | <i>42</i> |
| <i>Das Prinzip Zirkularität .....</i>                                                   | <i>43</i> |
| <i>Das Prinzip Ressourcenorientierung .....</i>                                         | <i>44</i> |

|      |                                                                   |     |
|------|-------------------------------------------------------------------|-----|
| 3.3  | Professionalisierung der Beratungstätigkeit .....                 | 44  |
| 3.4  | Haltungen und Methoden .....                                      | 48  |
|      | <i>Möglichkeitsräume vergrößern</i> .....                         | 49  |
|      | <i>Wie beobachtet man ein (zukünftiges) Problem?</i> .....        | 51  |
|      | <i>Problem- und Lösungssprache</i> .....                          | 55  |
|      | <i>Reframing</i> .....                                            | 61  |
| 3.5  | Wer entscheidet über Präventionsangebote? .....                   | 62  |
| 3.6  | Polyvagal-Theorie, Spiegelneurone                                 |     |
|      | und Beziehungen .....                                             | 70  |
|      | <i>Die polyvagale Leiter</i> .....                                | 75  |
|      | Gesundheits-erhaltende Lernprozesse auf Individual-               |     |
|      | und Klassenebene .....                                            | 80  |
|      | <i>Selbstreflexion</i> .....                                      | 82  |
|      | <i>Etwas anders machen</i> .....                                  | 86  |
|      | <i>Gruppendynamik</i> .....                                       | 88  |
|      | Die vier Felder des Johari-Fensters .....                         | 92  |
|      | <i>Verhalten ist kontextabhängig</i> .....                        | 95  |
|      | <i>»Besucher«</i> .....                                           | 104 |
|      | <i>(Un-)Freiwilligkeit</i> .....                                  | 105 |
|      | <i>Kommunikationsabläufe anders betrachten – Prävention</i>       |     |
|      | <i>von Eskalationen</i> .....                                     | 109 |
|      | <i>Versöhnungskompetenz entwickeln</i> .....                      | 114 |
|      | <i>Krisenmanagement</i> .....                                     | 117 |
|      | <i>Einsamkeit</i> .....                                           | 121 |
| 3.7  | Neue Wege gegen Mobbing .....                                     | 125 |
|      | <i>von Beate Lorenz</i>                                           |     |
|      | <i>Eine Annäherung an den Begriff und ableitbare</i>              |     |
|      | <i>Handlungsstrategien</i> .....                                  | 125 |
|      | <i>Setzung eines normativen Rahmens: Klassenregeln und</i>        |     |
|      | <i>Guidelines für die Kommunikation in den neuen Medien</i> ..... | 129 |
|      | <i>Präventives und reaktives Verhalten im Umgang</i>              |     |
|      | <i>mit Regelverstößen</i> .....                                   | 132 |
|      | <i>Beziehungsgestaltung durch gezieltes Feedback</i> .....        | 133 |
|      | <i>Förderung des Klassenklimas durch Partizipation</i>            |     |
|      | <i>des Unterstützungsteams</i> .....                              | 134 |
| 3.8  | Kommunikation in Präventionsteams .....                           | 136 |
| 3.9  | Verantwortung .....                                               | 139 |
|      | <i>Nutzung von Problemkonstruktionen</i> .....                    | 140 |
|      | <i>Musteraufstellung</i> .....                                    | 142 |
| 3.10 | Zusammenarbeit in Präventionsteams .....                          | 144 |
|      | <i>Entwicklungsphasen</i> .....                                   | 145 |

|                                                       |     |
|-------------------------------------------------------|-----|
| 1) Orientierungsphase .....                           | 145 |
| 2) Konfliktphase .....                                | 146 |
| 3) Arbeitsphase .....                                 | 147 |
| 4) Abschlussphase .....                               | 147 |
| <i>Konflikte</i> .....                                | 148 |
| Heiße und kalte Konflikte .....                       | 150 |
| <i>Selbstreflexion</i> .....                          | 152 |
| Das Bewusstheitsrad .....                             | 154 |
| Vorgehensweise .....                                  | 155 |
| <i>Perspektivenwechsel</i> .....                      | 157 |
| <i>Ziele</i> .....                                    | 158 |
| <i>Macht</i> .....                                    | 159 |
| Wirkung von Macht .....                               | 161 |
| Umgang mit »Machtspielchen« .....                     | 161 |
| Umgang mit Blockierern .....                          | 162 |
| Chancen für die Schulleitung .....                    | 162 |
| Vorbehalte von Teilnehmern .....                      | 166 |
| <i>Team und Leitung</i> .....                         | 166 |
| Von Anfang an Klarheit schaffen .....                 | 167 |
| Grundhaltung .....                                    | 169 |
| <i>Zwickmühlen</i> .....                              | 169 |
| Tetralemma .....                                      | 173 |
| Ressourcen .....                                      | 176 |
| 3.11 Zusammenarbeit wertschätzen und verstärken ..... | 180 |
| 3.12 System »Lehrer« .....                            | 181 |
| <b>Nachklang</b> .....                                | 186 |
| <b>Literatur</b> .....                                | 188 |
| <b>Über die Autorinnen</b> .....                      | 192 |