

Herzlich Willkommen bei Ilka Wiegrefe & Viktor Bauernfeind



DIE KRAFT VON IMAGO IN DER PÄDAGOGIK
EMPATHIE UND BEZIEHUNGSKOMPETENZ
ER-LEBEN UND VERMITTELN

Wie oft setzen wir Imago in der Pädagogik um?

Wie oft setzen wir Imago in der Pädagogik um?

2019 – 2022 / 4 Jahre

Wie oft setzen wir Imago in der Pädagogik um?

2019 – 2022 / 4 Jahre

- 700 Volksschüler*innen in Klassen-Workshops

Wie oft setzen wir Imago in der Pädagogik um?

2019 – 2022 / 4 Jahre

- 700 Volksschüler*innen in Klassen-Workshops
- 350 Lehrer*innen (und psychosoziale Fachkräfte) in Fortbildungen

Ressonanz

„Ich kann nie mit allen ...

„Jetzt weiß ich, dass jeder einzelne meiner ...

„Ich sehe meine Schüler*innen jetzt mit ganz anderen Augen.“

„Die Arbeit mit dem Buch hat wirklich große Veränderung in der Klasse bewirkt.“

„Das gehört in die Lehrer*innen-Ausbildung!“

Mischung









Unerfüllte Kindheitsbedürfnisse

Was benötigen wir als Kind?

- **Gehört & Gesehen werden, gelten dürfen**
- **Wertschätzung**
- **Korridor**
- **Unterstützung**

= Sicherheit / Vorbild sichere Beziehung

Unser Rucksack

Unser Rucksack

→ **Verlorene Selbstanteile**

Unser Rucksack

- **Verlorene Selbstanteile**
- **Unerfüllte Kindheitsbedürfnisse**

Unser Rucksack

- **Verlorene Selbstanteile**
- **Unerfüllte Kindheitsbedürfnisse**
- **Schutzmuster**

Unser Rucksack

- > **Verlorene Selbstanteile**
- > **Unerfüllte Kindheitsbedürfnisse**
- > **Schutzmuster**
- > **Verleugnete Selbstanteile**

Unsere Ganzheit zurück gewinnen

Charaktereigenschaften

Bitte schreiben Sie unter **A** Folgendes:

- Zwei Charakterzüge, die Sie an Ihrer Mutter oder einer wichtigen weiblichen Bezugsperson am meisten bewundert haben
- Zwei Charakterzüge, die Sie an Ihrem Vater oder einer wichtigen männlichen Bezugsperson am meisten bewundert haben
- Zwei Charakterzüge, die Sie an anderen Menschen generell am meisten bewundern
- Zwei Charakterzüge, die andere an Ihnen sehr bewundern

A:

Charaktereigenschaften

Bitte schreiben Sie unter **B** Folgendes:

- Zwei Charakterzüge, die Sie an Ihrer Mutter oder einer wichtigen weiblichen Bezugsperson Ihrer Kindheit am meisten abgelehnt / gehasst haben
- Zwei Charakterzüge, die Sie an Ihrem Vater oder einer wichtigen männlichen Bezugsperson am meisten abgelehnt / gehasst haben
- Zwei Charakterzüge, die Sie an anderen Menschen generell am meisten ablehnen / hassen
- Zwei Charakterzüge, die andere an Ihnen am meisten ablehnen / hassen

B:

- Bitte **kreisen** Sie nun jeweils

2-3 dieser **Charakterzüge** unter „A“

und **2-3** unter „B“ ein,

von denen Sie meinen, dass sie **am Wenigsten**
auf Sie zutreffen.

Meine Ganzheit zurückgewinnen

- **A:** Manchmal bin ich **2 – 3 Charaktereigenschaften von A** .

Diese Charaktereigenschaften beschreiben einige Aspekte meines

.....

- **B:** Auf Grund meiner emotionalen Verletzungen wollte ich mich schützen und vermeide **2 – 3 Charaktereigenschaften von B** zu sein.

Diese Charaktereigenschaften beschreiben einige Aspekte meines

.....

das ich manchmal auf andere projiziere.





**Was geschieht im Gehirn, wenn man
das Gefühl hat nicht gemocht zu
werden?**

Exhibit 1: Social and Physical Pain Produce Similar Brain Responses

Brain scans captured through functional magnetic resonance imaging (fMRI) show the same areas associated with distress, whether caused by social rejection or physical pain. The dorsal anterior cingulate cortex (highlighted at left) is associated with the degree of distress; the right ventral prefrontal cortex (highlighted at right) is associated with regulating the distress.

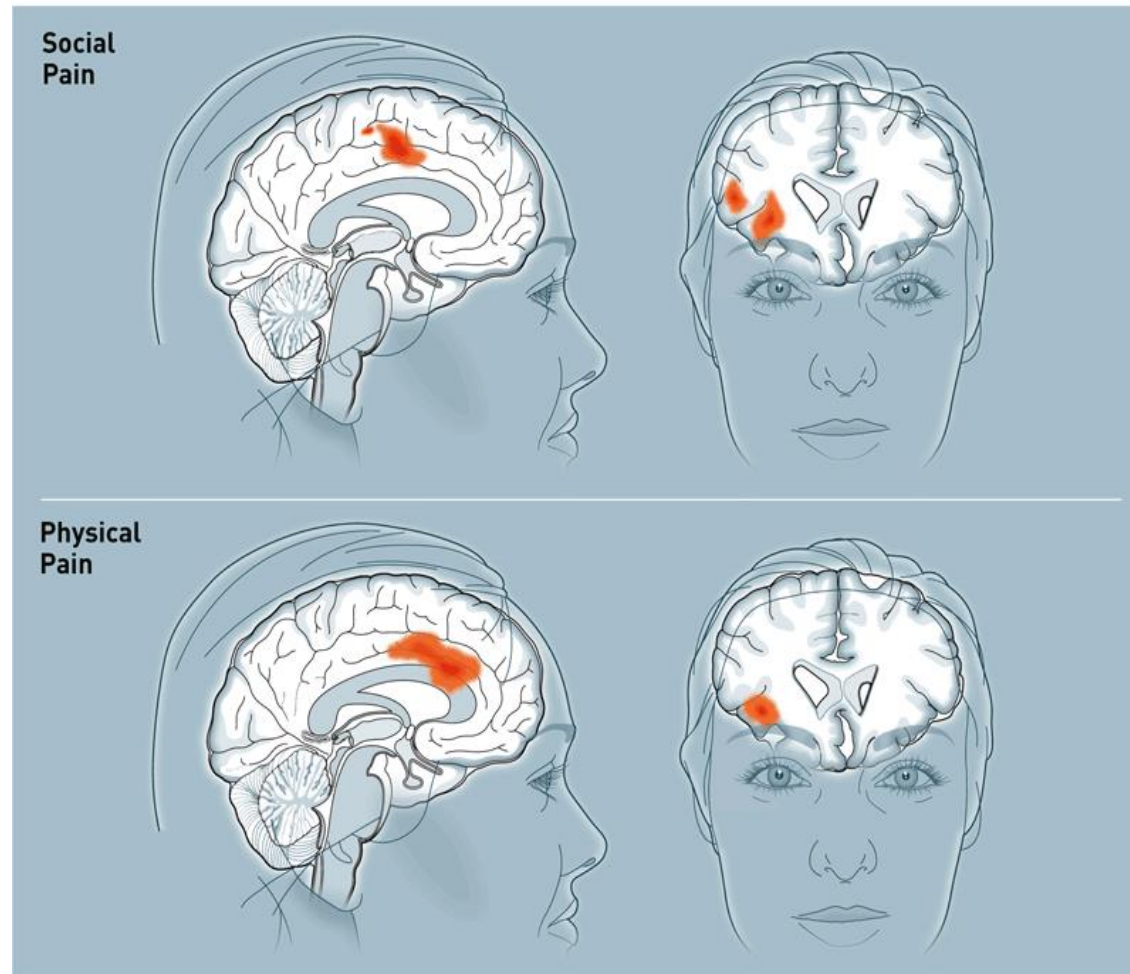


Illustration: Samuel Valasco

Source: Eisenberger, Lieberman, and Williams, *Science*, 2003 (social pain images); Lieberman et al., "The Neural Correlates of Placebo Effects: A Disruption Account," *Neuroimage*, May 2004 (physical pain images)

Naomi Eisenberger:

Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein

Naomi Eisenberger:

Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein

 bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz

Naomi Eisenberger:

Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein

➔ bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz

➔ wird mit Aggression beantwortet

Naomi Eisenberger:

**Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein**

 bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz

 wird mit Aggression beantwortet

 Körper und Geist sind in Verbindung

Naomi Eisenberger:

**Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein**

- ➔ bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz
- ➔ wird mit Aggression beantwortet
- ➔ Körper und Geist sind in Verbindung
- ➔ Emotionaler Stress macht krank

Naomi Eisenberger:

**Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein**

 bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz

 wird mit Aggression beantwortet

 Körper und Geist sind in Verbindung

 Emotionaler Stress macht krank

 keine Ablehnung!

Naomi Eisenberger:

**Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein**

 bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz

 wird mit Aggression beantwortet

 Körper und Geist sind in Verbindung

 Emotionaler Stress macht krank

 Ablehnung vermeiden!

 Soziale Verbindungen schaffen!

Naomi Eisenberger:

**Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein**

 bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz

 wird mit Aggression beantwortet

 Körper und Geist sind in Verbindung

 Emotionaler Stress macht krank

 Ablehnung vermeiden!

 Soziale Verbindungen schaffen!

 Menschenliebe erhält gesund!

Naomi Eisenberger:

**Ausgrenzung oder Demütigung,
das Gefühl **einsam, ungewollt, ungeliebt** zu sein**

-  bewertet Gehirn = körperlichem Schmerz
-  wird mit Aggression **oder Rückzug** beantwortet
-  Körper und Geist sind in Verbindung
-  Emotionaler Stress macht krank
-  Ablehnung vermeiden!
-  Soziale Verbindungen schaffen!
-  Menschenliebe erhält gesund!
-  **Führt zur Potentialentfaltung!**





Ein kleiner Imago Dialog

Thema

- „Wenn ich über die Brücke gehe fühle ich mich...“
- „Ich höre Du sagst, wenn du über die
- Habe ich dich gehört?“
- „Ja du hast mich gehört / Du hast schon viel gehört, was mir noch wichtig ist ...“
- „Wenn ich über die Brücke gehe fühle ich mich ...“

Gegenseitige Wertschätzung

- „Ich schätze an dir ...
- „Ich höre, Du schätzt an mir Habe ich Dich gehört?
Ich schätze an Dir ...“



Unsere Reaktionen auf wertschätzende Begegnungen / Sicherheit



**Spielen, kreativ sein, lernen,
arbeiten, lachen, Glück, paaren
motiviert für mehr**

Und warum strahlen wir und sind motiviert?

Und warum strahlen wir und sind motiviert?

- Persönliches Interesse

Und warum strahlen wir und sind motiviert?

- Persönliches Interesse
- Soziale Anerkennung

Und warum strahlen wir und sind motiviert?

- Persönliches Interesse
- Soziale Anerkennung
- Persönliche Wertschätzung

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Körpereigene Opioide – Wohlfühl Droge – sorgt dafür, dass wir uns körperlich und seelisch gut fühlen

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Körpereigene Opioide – Wohlfühl Droge – sorgt dafür, dass wir uns körperlich und seelisch gut fühlen

Oxytozin – Freundschaftshormon – lässt uns verbunden fühlen und animiert uns, uns für jemanden einzusetzen

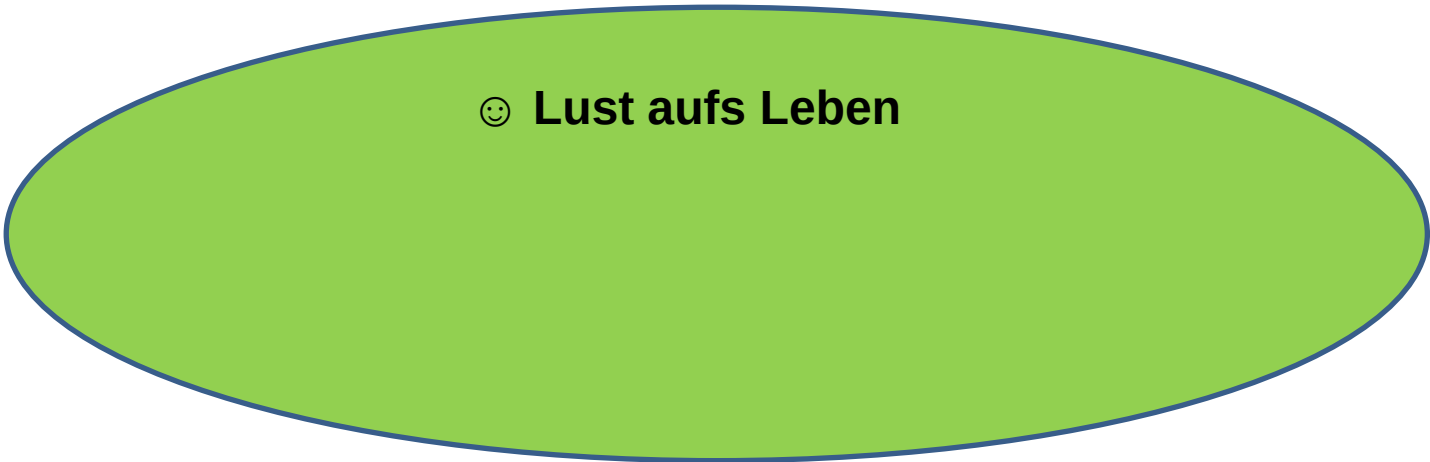
Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Körpereigene Opioide – Wohlfühldroge – sorgt dafür, dass wir uns körperlich und seelisch gut fühlen

Oxytozin – Freundschaftshormon – lässt uns verbunden fühlen und animiert uns, uns für jemanden einzusetzen



😊 **Lust aufs Leben**

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Körpereigene Opiode – Wohlfühldroge – sorgt dafür, dass wir uns körperlich und seelisch gut fühlen

Oxytozin – Freundschaftshormon – lässt uns verbunden fühlen und animiert uns, uns für jemanden einzusetzen

😊 **Lust aufs Leben**

😊 **bereit, gem. mit anderen etwas auf die Beine zu stellen**

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Körpereigene Opioid – Wohlfühldroge – sorgt dafür, dass wir uns körperlich und seelisch gut fühlen

Oxytozin – Freundschaftshormon – lässt uns verbunden fühlen und animiert uns, uns für jemanden einzusetzen

😊 **Lust aufs Leben**

😊 **bereit, gem. mit anderen etwas auf die Beine zu stellen**

😊 **Erfolg der eigenen Taten genießen**

Motivationssysteme schütten einen genialen Cocktail aus

Quelle: Joachim Bauer: Lob der Schule

Dopamin – eine Art Leistungsdroge – sie macht uns Lust etwas zu tun, uns anzustrengen

Körpereigene Opioid – Wohlfühldroge – sorgt dafür, dass wir uns körperlich und seelisch gut fühlen

Oxytozin – Freundschaftshormon – lässt uns verbunden fühlen und animiert uns, uns für jemanden einzusetzen

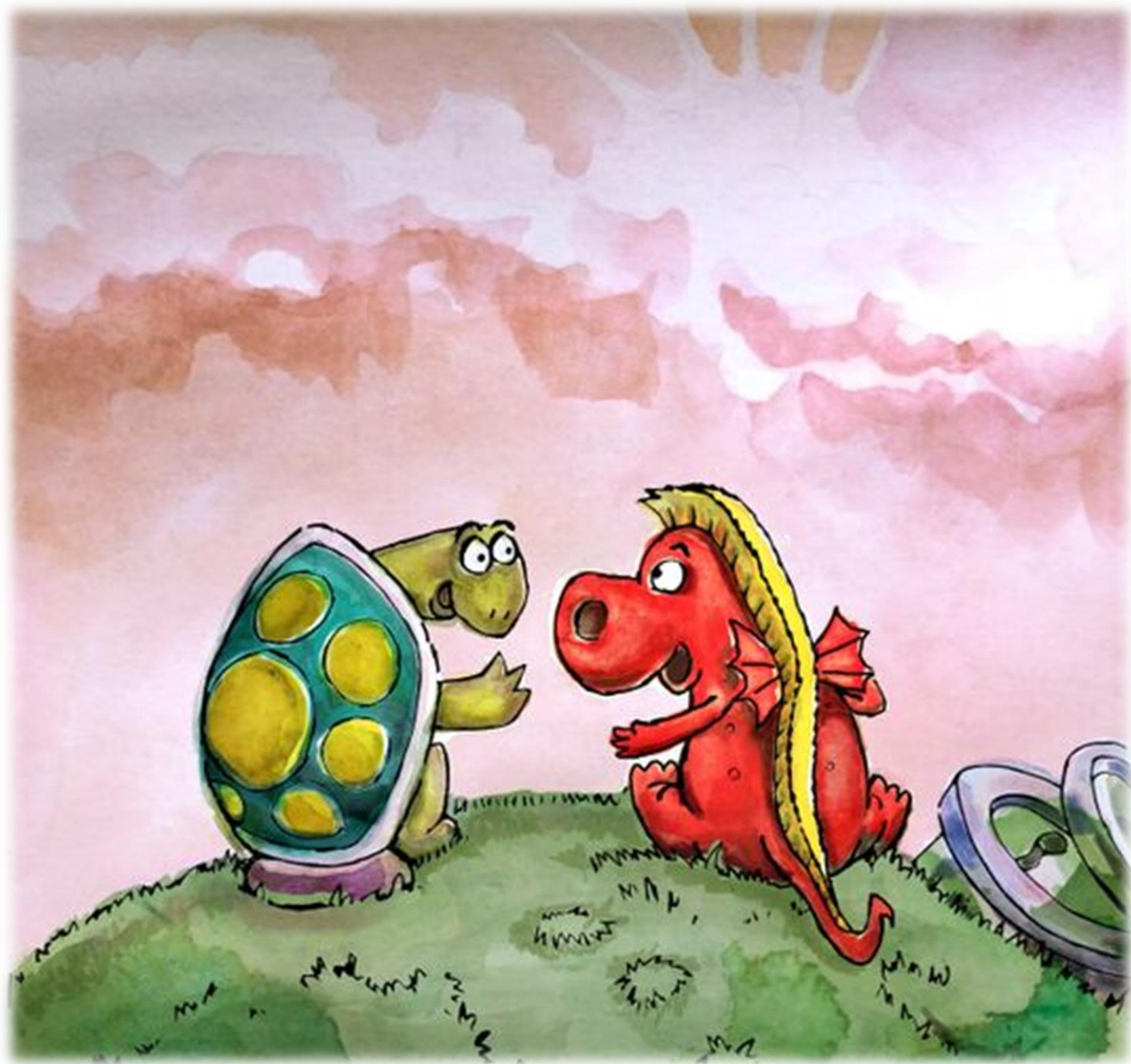
😊 **Lust aufs Leben**

😊 **bereit, gem. mit anderen etwas auf die Beine zu stellen**

😊 **Erfolg der eigenen Taten genießen**

Das tut mir gut

Unsere Ziele





Eine Schlussrunde

Was ich mir Heute mitnehme

Was mich besonders berührt hat

Mein wichtigster Gedanke im Moment ist ...



Danke!



Institut für Gewaltprävention und Beziehungskultur

und die Initiative

Schulen lösen Mobbing
No Blame Approach



info@team-praesent.at

www.team-praesent.at

Tel.: 0043-1-416 93 23