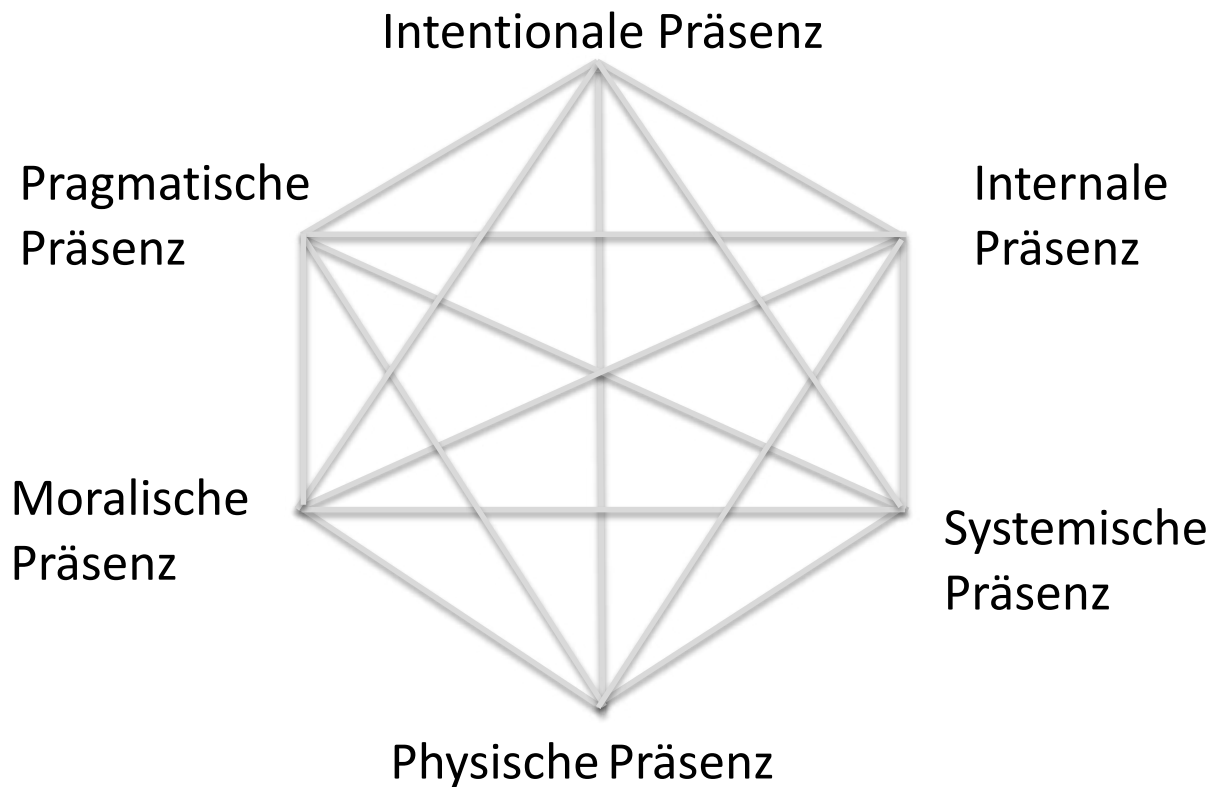


Präsenz als Quelle von Autorität



Physische Präsenz (Körperliche Anwesenheit)

Ich bin körperlich und geistig anwesend, achtsam und wachsam

Ich bleibe, auch wenn es schwierig ist, ich bleibe dabei und harre aus. Ich bin bereit mich auseinander zu setzen.

Internale Präsenz (Erleben von Selbstkontrolle)

Erleben von Selbstkontrolle! Ich kann mich bei Eskalationen selbst kontrollieren und steige nicht mit ein! Meinen Erwartungen an mich selbst in schwierigen Situationen, entsprechen meinen Handlungen

Moralische Präsenz (Wahrnehmung eigener Handlungsüberzeugung)

Ich bin von dem, was tue überzeugt! meine wertschätzende und standhafte Haltung ist erlebbar!

Ich drücke mein Selbstwertgefühl durch Klarheit und Eindeutigkeit aus!

Intentionale Präsenz (Verbindung und Kontakt herstellen)

Ich bleibe in der Beziehung, ich nehme Kontakt auf und zeige mein Interesse an der Beziehung, auch in schlechten Zeiten

Systemische Präsenz (Wahrnehmung und Nutzung von Unterstützung, Vernetzung)

Ich bin nicht allein! Ich weiß, wen ich ansprechen kann! Ich kann mich auf meine Kollegen verlassen!

Pragmatische Präsenz (Wahrnehmung eigener Handlungskompetenz)

Ich kann handeln! Meine Handlungen sind wirksam!

Mein Handeln ist unabhängig vom Verhalten des anderen!



Professionelle Präsenz drückt sich auf unterschiedlichen Ebenen aus:

Physische Präsenz(Körperliche Anwesenheit/Raumgewahrsein)

0 10

- Ich bin körperlich und geistig anwesend, achtsam und wachsam mit den Kindern
- Ich bleibe bei euch, auch wenn es schwierig ist, ich bleibe dabei und harre aus. Ich bin bereit mich mit euch auseinander zu setzen.

Geistige Präsenz

0 10

- Ich bin mit meinen Gedanken in diesem Moment
- Ich bin nicht abgelenkt und denke an zukünftiges oder vergangenes

Pragmatische Präsenz

0 10

- Ich kann handeln!
- Meine Handlungen sind wirksam!
- Ich muss nicht immer alles gleich entscheiden und das Kind muss nicht gleich so sein, wie ich es will!
- Mein Handeln ist unabhängig vom Verhalten des Kindes

Emotionale Präsenz

0 10

- Ich bin achtsam.
- Ich habe wenig Angst vor Emotionen, ich sehe sie als Partner an.
- Ich kann mit einer großen Bandbreite an Gefühlen angemessen umgehen.
- Ich kann meine Gefühle sinnstiftend dem Prozess zur Verfügung stellen. Wenn ich Gefühle von Angst, Schuld oder Verunsicherung habe, suche ich Unterstützung und bemühe mich um Klärung und Austausch. Selbstfürsorge ist kein Fremdwort für mich!

Moralische Präsenz

0 10

- Ich bin von dem, was tue überzeugt!
- Ihr spürt in meinem Handeln meine wertschätzende und standhafte Haltung!
- Ich drücke mein Selbstwertgefühl durch Klarheit und Eindeutigkeit aus!

Intentionale Präsenz

0 10

- Ich bleibe in der Beziehung, ich nehme Kontakt auf und zeige mein Interesse an der Beziehung, auch in schlechten Zeiten

Internale Präsenz

0 10

- Erleben von Selbstkontrolle
- Ich kann mich bei Eskalationen selbst kontrollieren und steige nicht mit ein!
- Meinen Erwartungen an mich selbst in schwierigen Situationen, entsprechen meinen Handlungen

Systemische Präsenz

0 10

- Ich bin nicht allein!
- Ich weiß, wen ich ansprechen kann!
- Ich kann mich auf meine Kollegen verlassen!
- Wir sprechen auf Augenhöhe mit Eltern und Kindern und haben ein Netz von Helfersystemen aufgebaut



Präsenzfragen

Physische Präsenz:

Wie differenziert ist meine Körperwahrnehmung?
Wie beziehe ich meinen Organismus bewusst in meine Entscheidungen mit ein?
Höre/achte ich auf meine Körper – Resonanz?
Welche körperlichen Reaktionen sind mir bewusst in Krisen-situationen(Stressmuster/somatische Marker)?
Kann ich mich gut beobachten/spüren?
Nehme ich Unterschiede in unterschiedlichen Situationen wahr?
Gönne ich meinem Körper Ruhephasen, bin ich fürsorglich im Umgang mit meinem Körper?

Pragmatische Präsenz:

Wie kreativ bin ich?
Kann ich in vielfältigen Situationen angemessen an meine Ressourcen anknüpfen?
Stehen mir auch für Krisensituationen genügend Handlungsoptionen zur Verfügung?
Woran merke ich meine Handlungsunfähigkeit? Ändern sich meine Bezüge/Unterstützungs-systeme? Welche Muster zeigen sich?
Vertraue ich mir selbst und meinen Ideen, meiner Intuition?
Wie zapfe ich meine Ressource „Kreativität“ an?

Moralische Präsenz:

Wie hoch ist mein Selbstwert?
Stelle ich mich oft in Frage?
Wie bringe ich meine Ideen ein?
Wenn ich etwas mache, wie überzeugt bin ich davon?
Wenn mir etwas nicht gelingt, wie gehe ich mit mir um? Darf ich Fehler machen und mich dann korrigieren? Wie gehe ich mit Erfolgen/ Misserfolgen um?
Wie beobachte und bewerte ich? Welche Gefühle lösen meine Interpretationen in mir aus?
Gibt es Situationen, in denen ich zu überzeugt von mir bin und anderen nicht mehr zuhöre?

Internale Präsenz:

Bin ich mir meiner Selbst bewusst? Wie gut kenne ich mich?
Wie hoch ist meine Fähigkeit mich selbst zu steuern?
Kann ich gut auf meine inneren Stimmen hören?
Welche Situationen bringen mich aus dem inneren Gleichgewicht?
Wie kleide ich meine Rollenidentität aus?

Intentionale Präsenz:

Wie gestalte ich Beziehungen?
Wie nehme ich Kontakt auf?
Wie reguliere ich Nähe und Distanz?
Wie kommuniziere ich meine Bedürfnisse?
Wie empathisch kann ich sein?
Wie wertschätzend kann ich mir selbst gegenüber sein, wie wertschätze ich andere? Wann fällt es mir besonders schwer?
Wann lasse ich mich auf Beziehungen ein, wann nicht? Woran messe ich das?
Welche Stolpersteine sind mir bisher in Beziehungen begegnet? Was kann ich gut in Beziehung?
Wie gehe ich mit Beziehungskrisen um?

Emotionale Präsenz:

Wie gehe ich mit meinen Gefühlen um?
Welche „Knöpfe“ können bei mir leicht gedrückt werden? (Zur Metapher der „Knöpfe“ siehe in Schlippe, A.v., Grabbe, M., (2007) Seite 59).
Kann ich Gefühle benennen und ausdrücken?
Kann ich Gefühle kontrollieren?
Weiß ich woher diese Gefühle kommen?
Kann ich zwischen meinen und deinen Gefühlen unterscheiden?

Geistige Präsenz:

Kann ich gut im Moment sein oder ist mein Geist immer im Voraus und beschäftigt?
Bin ich für den Moment wach und klar?
Ist eher Gedankenchaos da?
Kann ich auch in Krisensituationen meinen Geist klar und ruhig halten?
Kann ich aus der Adlerperspektive beobachten und denken?

Unterstützende UMFELD Präsenz:

Wie bin ich eingebunden in meinem Leben?
Bin ich häufig alleine und fühle mich einsam?
Erlebe ich gute Beziehungen und Unterstützung? Weiß ich, wen ich um Unterstützung bitten kann?
Gehe ich eher als ICH oder als WIR durchs Leben? Wer ist alles mein WIR? Wie habe ich das installiert?
Zufriedenstellend? Was könnte ich anderes dafür tun? Muss ich alles alleine schaffen und können?
Habe ich jemals gelernt, um Hilfe zu bitten?

© Bruno Körner, Liane Stephan, aus Sythema Heft 3/2011. 25. Jg. S. 218-236.



Präsenz Interview - Beispielfragen

Einstiegsfragen

Wobei genau kann ich Ihnen möglicherweise behilflich sein?

Was genau ist Ihr Anliegen?

Wer hat ein Anliegen und wer nicht?

Was müssten wir erarbeiten, dass Sie sich mich wieder verabschiedet?

Worum geht es ganz genau?

Bitte berichten Sie typische Beispiele in kleinen Schritten. Genaue Verhaltensschleifen und Abläufe erfragen: Was geschah dann... Und danach... Wie habe Sie reagiert... Und was hat er/sie dann gemacht?... – Als Coach/Berater muss ich eine eindeutige Vorstellung davon haben, was da passiert ist – keine Spekulation.

Physische (und Geistige) Präsenz:

Wo genau sind Sie dabei gewesen?

Wie ist genau Ihre Körperhaltung dabei gewesen? Können Sie mir das zeigen?

Welche Veränderungen gab es in Ihrer Körperhaltung, sofern Ihnen das noch bewusst ist? Was hat diese ausgelöst?

Welches Tempo kann ich mir vorstellen für diese Auseinandersetzung? Wie war Ihre Stimme, Mimik? Andere Körperreaktionen?

Gab es etwas, was Sie abgelenkt hat? Waren Sie mit anderen Dingen beschäftigt?

Konnten Sie das aushalten? Was hat Sie aushalten/nicht aushalten lassen?

Pragmatische Präsenz:

Haben Sie sich handlungsfähig erlebt?

Waren Ihre Handlungen aus Ihrer Sicht erfolgreich?

Was genau, glauben Sie, hat gewirkt? Wodurch haben Sie möglicherweise Ihre Handlungsfähigkeit verloren?

Was war in Ihren Handlungen ggf. auch früher oder in anderen Situationen hilfreich und was nicht?

Haben Sie mehrere Handlungsmöglichkeiten für diese Situation? Welche?

Konnten Sie auch schon einmal in ähnlicher Situation die Lösung auf ruhigere Zeiten vertagen können?

Emotional-Moralische Präsenz:

Wie hoch ist Ihr Selbstwert insgesamt und wie haben Sie diesen in der Situation erlebt?

Stellen Sie sich oft in Frage?

Entspricht Ihr Verhalten Ihren Vorstellungen von dem, was Sie eigentlich machen wollen?

Wie genau haben Sie sich gefühlt in dieser Situation?

Gab es Stimmungswechsel bei Ihnen? Wodurch?

Wenn Ihnen etwas nicht gelingt, wie gehen Sie mit sich um? Dürfen Sie Fehler machen und sich dann korrigieren? Wie gehen Sie mit Erfolgen/ Misserfolgen um?

Wissen Sie, was genau Ihre Gefühle ausgelöst hat, woher diese kommen bzw. in welchem Zusammenhang diese stehen?

Auf welche „Knöpfe“! reagieren Sie in welcher Art besonders empfindlich?

Was genau macht das Kind, um Sie beeinflussen zu können? Schafft Ihr Kind das?



Präsenz Interview - Beispielfragen

Wer bestimmt über Regeln und Abläufe in Ihrem Haushalt?

Ist es Ihnen möglich, aus einer Adlerperspektive die Situation zu betrachten?

Gibt es Selbstvorwürfe, Fremdvorwürfe, überhöhte Erwartungen, Regressionen oder Loyalitäten?

Was genau ist mein Job, meine Aufgabe in der Erziehung der Kinder/Jugendlichen?

Internale Präsenz:

Welche Situationen bringen mich aus dem inneren Gleichgewicht?

Schaffe ich es in dieser kritischen Situation meine Selbstkontrolle zu behalten?

Was genau hat mich aus dem Gleichgewicht gebracht bzw. mir dies erhalten?

Welche Ideen habe ich zur De-Eskalation einer Situation?

Welche Strategien zur Selbstkontrolle kenne ich bei mir?

Welche Erwartungen stelle ich zur Klärung an mein Gegenüber und wie realistisch ist das, dass er/sie diese erfüllen kann?

Intentionale Präsenz:

Was genau ist meine Absicht im Umgang mit meinem Kind?

Wie zeige ich meine Zuneigung bzw. mein Interesse auch dann, wenn es schwierig ist?

Woran kann mein Kind erkennen, dass ich es liebe / Interesse an ihm habe?

Wie sehe ich meine Aufgabe als ErziehungsverantwortlicheR? Was genau ist mein Job und was tue ich dafür?

Welche Regeln und Werte sind mir besonders wichtig und wie mache ich diese sichtbar und erlebbar?

Systemische Präsenz:

Wie bin ich eingebunden in meinem Leben?

Erlebe ich gute Beziehungen und Unterstützung? Weiß ich, wen ich um Unterstützung bitten kann?

Glaube ich, dass mir jemand anders helfen kann? Wer und in welcher Art?

Wer weiß von den Vorfällen?

Können Sie sich vorstellen, darüber mit anderen Vertrauten zu sprechen und dies auch Ihrem Kind mitzuteilen?

Gibt es Menschen in meinem Umfeld, die mich stärken oder schwächen in meinem Handeln?

In welchen Netzwerken bin ich eingebunden? Wo brauche ich mehr Unterstützung?

Bei Partnern:

Wenn Sie beobachten, was passiert, wie verhalten Sie sich dann? Unterstützen Sie oder lassen Sie eher gewähren?

Wie ist Ihr Teamplaying aus Ihrer Sicht?



Neue Autorität: Handlungsaspekte



Reflektionsfragen zu den 6 Aspekten der Neuen Autorität

Einstellungen, Standing, Werte, Entscheidungen

Ich in Bezug auf meine Klienten

- Wie ist mein Gefühl zu den beteiligten Personen?
 - Was genau löst was aus?
 - Und wie geht es mir damit!
 - Lasse ich etwas gegen meinen Willen über mich ergehen? Ist das okay?
 - Wozu müsste ich Stellung beziehen?
 - Ich bin körperlich anwesend, achtsam und wachsam!
 - Ich bleibe bei dir/euch, auch wenn es schwierig wird!
 - Ihr spürt in meinem Handeln meine wertschätzende und standhafte Haltung!
 - Ich drücke mein Selbstwertgefühl durch Klarheit und Eindeutigkeit aus!
 - Mein Verhalten ist unabhängig vom Verhalten meiner Klienten!
 - Ich nehme nur Aufträge an, die ich auch erfüllen kann!

Ich in Bezug auf mich selbst

- Und welchen Auftrag habe ich an mich?
- Welche Erwartungen habe ich
 - an die Beteiligten?
 - an das Ergebnis?
 - an mich?
 - Ich bin von dem, was ich tue, überzeugt!
 - Ich gehe achtsam und sorgsam mit mir um!
 - Ich weiß, dass ich nur ein Angebot machen kann und keine Kontrolle über die Annahme habe! (Illusion der Kontrolle)

Ich in Bezug auf meine Arbeit

- Wer hat welchen Auftrag an mich?
 - Auftragskarussell: welche nehme ich an, lehne ich ab, verändere ich?
 - Ich kann handeln!
 - Meine Handlungen sind wirksam, weil sie mich stärken!
 - Ich kann Entscheidungen verzögern und später darauf zurückkommen!
 - Meine Erwartungen an mein Handeln sind unabhängig vom Verhalten der Klienten!
 - Ich weiß klar und deutlich, was ich anbieten kann und was nicht!

Selbstkontrolle, De-Eskalation

- Ich weiß um meine „Knöpfe“ und kann diese regulieren!
- Wenn es eng für mich wird, mache ich eine Pause, vertage die Lösung für die Situation und komme später darauf zurück!
- Meine Erwartungen an mich entsprechen selbst in schwierigen Situationen meinen Handlungen!
- Ich kann mich auf mich selbst verlassen – jederzeit!
- Ich mache mir keine Selbstvorwürfe!
- Ich mache niemandem anderen einen Vorwurf in Zusammenhang mit dem Prozess!

Transparenz und Öffentlichkeit

- Meine Klienten wissen was ich denke über sie und ihr Handeln!
- Meine Klienten wissen um meine Einstellungen in Bezug auf ihr Verhalten und Leben!
- Meine Klienten wissen um das, was ich machen werde in meinem Handeln in Bezug auf sie!
- Ich reflektiere mein Handeln gegenüber KollegInnen offen und selbstkritisch!
- Ich Sorge dafür, dass KollegInnen über mein Wirken bei meinen Klienten vollständig informiert sind!

Protest, Widerstand

- Ich kündige klar und deutlich an, was ich wie ich was in meinem Coaching durchführe (Transparenz in der Ankündigung)!
- Ich dulde keine Gewalt bei meinen Klienten und drücke dies klar und deutlich aus!
- Unter dem Aspekt der wachsamem Sorge benenne ich schon erste Veränderungen, die mich in Sorge bringen!
- Ich zeige klaren Protest gegenüber destruktivem und gewaltbereitem Handeln!
- Ich bin bereit meine Klienten in ihrem Protest zu begleiten!
- Ich tue nur das, wovon ich auch überzeugt bin - und dazu stehe ich!
- Ich fordere statt Sanktionen Wiedergutmachungen und biete meine Hilfe dazu an!
- ...

Unterstützung, Vernetzung

- Ich weiß, wen ich ansprechen kann, wenn ich Unterstützung benötige!
- Ich habe mir einen Notfallplan der Unterstützung für mich angelegt!
- Ich Sorge dafür, dass ich auch kurzfristig Unterstützer für mich abrufen kann!
- Ich bin intensiv vernetzt und habe SV und IV!
- Ich beziehe auch Unterstützer mit ein, von denen ich zunächst wenig bis gar nichts an Unterstützung für meine Klienten erwarte!
- ...

Gesten der Beziehung, Versöhnung, Wiedergutmachung

- Ich bin bereit, Missverständnisse und Fehler einzugestehen und diese mit einer Bitte um Entschuldigung zu versehen!
- Bei Störungen in der Beziehung zu meinen Klienten bin ich bereit, diese aufzulösen!
- Ich Sorge für gute Momente in meinen Begegnungen mit meinen Klienten, damit wir in guter Beziehung bleiben!
- Ich lobe meine Klienten, schätze sie in ihren Anstrengungen wert – ohne dabei zu lügen!
- Bei Störungen im Kontakt erkläre ich mich verantwortlich!
- Ich Sorge durch meine Interventionen für größtmögliches Verständnis und Wertschätzung meiner Klienten!