

Systemisches Arbeiten und Denken im Schulkontext

Lena Kluge

Zusammenfassung

*Lehramtsstudierende können vom systemischen Arbeiten profitieren. Der vorliegende Artikel zeigt einen möglichen Ablauf eines Seminars für Lehramtsstudierende auf, in dem ihnen das systemische Arbeiten näher gebracht wird. Ziel des Seminars ist es, einen Praxistransfer der systemischen Methoden in den beruflichen Alltag von Lehrer*innen zu fördern.*

Einleitung: Entstehung der Idee

Die Idee, systemisches Arbeiten für Lehrer*innen anzubieten, entstand aus meiner langjährigen Tätigkeit als Dozentin, in der die Studierenden immer wieder nach Lehrveranstaltungen fragten, die einen höheren Praxisbezug aufweisen und in denen sie Methoden kennenlernen, um diese dann selbst im beruflichen Alltag als Lehrkraft nutzen zu können. Zudem stoßen Lehrer*innen mehr und mehr an Belastungsgrenzen. Sie berichten vermehrt von Erschöpfung und Burnout. Das frühzeitige Erlernen von systemischen Methoden kann daher als Chance gesehen werden, Lehrkräfte auf dem Weg in ihrer Ausbildung zu stärken, und ihnen gleichzeitig die Möglichkeit geben, diese selbst später in ihrer Arbeit anzuwenden. Das System Schule wird immer komplexer und der „systemische Blick“ auf das System kann helfen, Problemlösungen zu gestalten (Molter, Nöcker, 2018) und Ressourcen zu aktivieren (Pfanmöller, 2015). Systemisches Arbeiten für Lehramtsstudierende anzubieten verfolgt das Ziel, die Studierenden an das Thema heranzuführen und ihnen erste Methoden für den Alltag im Berufsleben zu ermöglichen. Ziel ist es zudem, den Studierenden durch das systemische Arbeiten eine Möglichkeit zu geben, ihre Selbstreflexion zu trainieren und weiterzuentwickeln. Die Beobachtung von Systemen fördert die Betrachtung von anderen Blickwinkeln. Gerade im System Schule kann dies eine wichtige Kompetenz sein, um mit Konflikten oder Herausforderungen besser umzugehen.

Projektverlauf

Im Folgenden werden kurz die Inhalte und Methoden dargestellt, die in den Seminaren durchgeführt wurden. Alle Termine begannen mit einer Begrüßung und mit einem Zeitfenster für Fragen oder Themen, die seit dem letzten Mal offengeblieben oder entstanden waren. Am Ende jeder Stunde gab es eine Feedbackrunde in der großen Runde. Die Gruppenarbeiten fanden größtenteils in Triaden statt. Die Arbeit in Triaden ist ein wichtiger Bestandteil des systemischen Arbeitens (Tietel, 2006).

Das Seminar wurde für die Lehramtsstudierenden Gymnasium/Oberschule aus dem zweiten Mastersemester angeboten und bestand aus sechs 90-minütigen Präsenzterminen, in denen die Studierenden praktische Methoden für das systemische Arbeiten kennenlernen und an eigenen Fällen üben konnten. Hierfür wurden die Studierenden aufgefordert eigene Fälle mitzubringen, mit denen wir arbeiten konnten. Die Vermittlung von systemischen Kompetenzen stand bei den Präsenzterminen im Vordergrund, wodurch ein hoher Praxisbezug sichergestellt werden sollte. Daran schloss sich eine vierwöchige Selbstlernphase an, in der die Studierenden vorgegebene Fallbeispiele aus dem Schulalltag mit Hilfe des im Seminar Gelernten und durch eine eigenständige Literaturrecherche schriftlich bearbeiten. Das Seminar wurde zweimal angeboten und bestand daher aus zwei Seminargruppen, an denen insgesamt 34 Studierende teilnahmen. Die Prüfungsleistung des Seminars bestand aus der schriftlichen Bearbeitung eines Falles und der Abgabe zweier eigener Fallbeispiele.

Erster Termin – Organisatorisches und Kennenlernen

Im ersten Termin findet ein Kennenlernen der Gruppe statt, indem sich jeder selbst kurz vorstellt, und wir besprechen Inhalte, Organisatorisches und den Prüfungsumfang. Ich nehme mir immer viel Zeit, die Gruppe kennenzulernen, um einen Beziehungsaufbau sicherzustellen. Zudem sind beim systemischen Arbeiten oft Themen involviert, die von privater Natur sein können und da ist die Herstellung einer guten Beziehung zur Gruppe und eine positive Gruppenatmosphäre umso wichtiger (v. Schlippe, Schweitzer, 2016).

Zweiter Termin – Die Systemzeichnung und Prozessdiagnostik

In diesem Termin lernten die Studierenden die Methode der Systemzeichnung kennen. Ziel der Systemzeichnung ist es, durch unterschiedliche Symbole Beziehungen in dem jeweiligen System zu visualisieren (siehe Abb. 1). Diese subjektive Darstellung kann durch das Beobachten und systemische Fragestellungen einen Perspektivwechsel hervorrufen (Hanswille, 2015). Es hilft Systeme in ihrer Komplexität zu reduzieren (v. Schlippe, Schweitzer, 2016).

Nach einer Einleitung ins Thema sollten alle Studierenden eine Systemzeichnung anfertigen. Danach folgte die Einteilung in Dreiergruppen mit folgenden Rollen: Fallgeber*in, Berater*in und Beobachter*in. Der*die Fallgeber*in stellte den anderen beiden Gruppenteilnehmer*innen das gezeichnete System vor und anschließend ging es in die Systemerkundung. Der*die Beobachter*in gab im Anschluss Feedback zu möglichen Herausforderungen und Potenzialen. Die Rollen rotierten und es gab drei Durchläufe, sodass jeder einmal in jeder Rolle war.

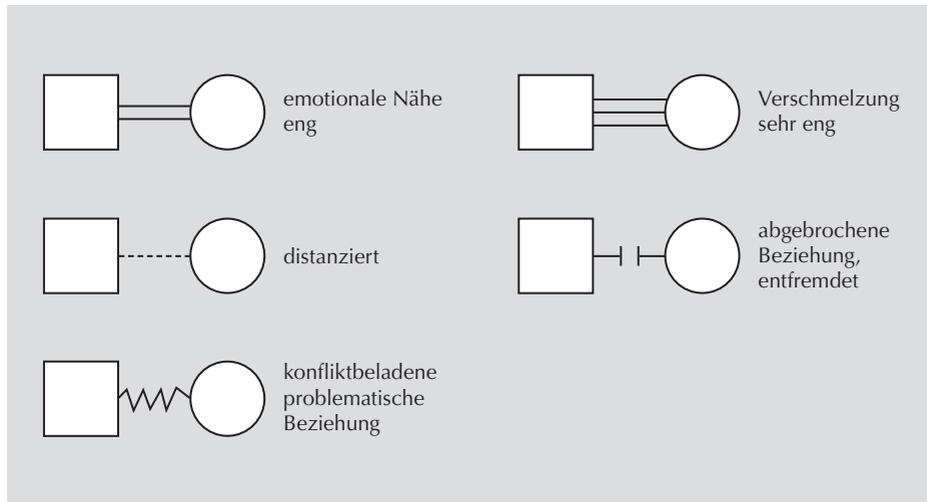


Abbildung 1: Symbole für Systemzeichnungen (nach Hartung, S. und Spitta, W., 2020, S. 61)

Dritter Termin – Nutze das Team

Im dritten Termin lag der Fokus auf dem Thema Ressourcenaktivierung. Hierfür wurde auf das Zürcher Modell zurückgegriffen und die Übung „Ideenkorb“ vorgestellt. Der Ablauf orientierte sich an dem Modell von Storch und Riedener (2015). Die Teilnehmenden hatten die Möglichkeit, sich ein eigenes Ziel auszusuchen, mit dem sie in dieser Übung arbeiten wollten. In dieser Übung werden Bildimpulskarten auf den Boden gelegt und es wird ein Bild ausgewählt, das einen positiven Impuls auslöst. Zu diesem Bild werden dann positive Begriffe notiert, die einem dazu einfallen. Das Brainstorming wird in den Kleingruppen fortgesetzt, indem eine Person ihr Bild der Gruppe zeigt und alle anderen Ideen und Assoziationen, die sie mit dem Bild verbinden, sammeln (s. Abb. 2).

Die Aufgabe rotiert, sodass jeder einmal Ideengeber*in ist und jeder einmal Ideen geschenkt bekommt. Anschließend wählt jede Person die Ideen aus ihrem „Ideenkorb“, bei denen sie ein gutes Gefühl hat, und beleuchtet die Ideen mit verschiedenen Fragen genauer, um Ressourcen zu verdeutlichen und ggf. sogar konkrete Schritte für die Umsetzung festzulegen (z. B. „Wie hilft mir das im Hinblick auf mein Ziel weiter?“).

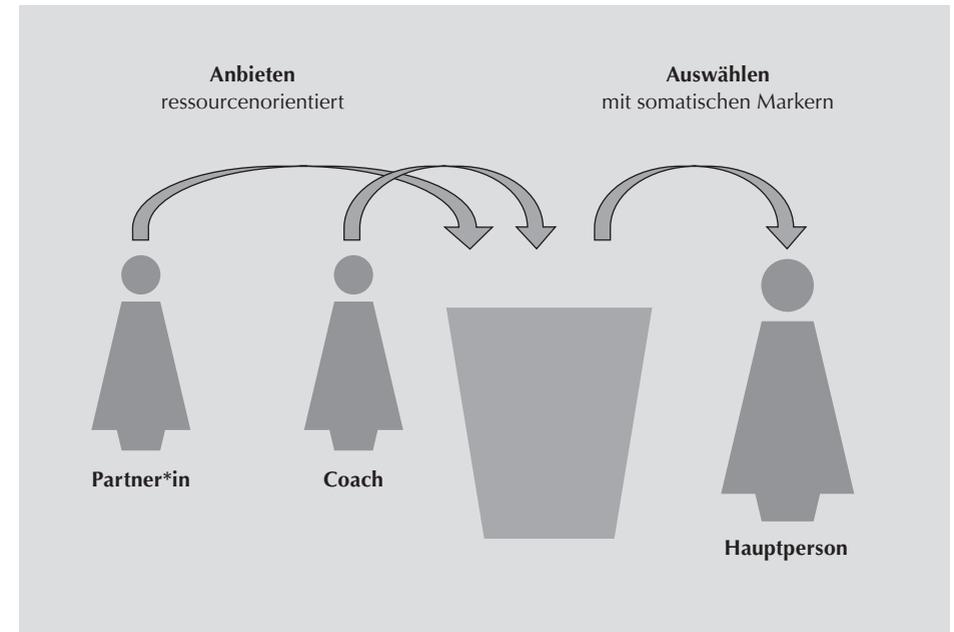


Abbildung 2: Bildliche Darstellung der Übung „Ideenkorb“ (Busch und Dreyer, 2020, S. 41, in Anlehnung an Storch und Riedener, 2005, S. 163)

Vierter Termin – Aktives Zuhören

Aktives Zuhören stellt eine Grundlage für die zwischenmenschliche Kommunikation dar. Aktives Zuhören ist eine Technik, um die Kommunikation zu verbessern (Schmidt, 2006). Zu Beginn der Stunde gab es eine Einleitung zum Thema „aktives Zuhören“. Wir sammelten Stichpunkte auf Metaplankarten, um festzuhalten, was die Studierenden darunter verstehen. Im Anschluss an die Einleitung wurden Dreiergruppen gebildet, in denen eine Person die Rolle des Zuhörens übernahm, die zweite Person die Rolle des Erzählens und die dritte Person des Beobachtens. Die Erzähler*innen bekamen die Aufgabe, fünf Minuten lang über ein Thema zu sprechen (Themenbeispiele: Wie feiere ich Weihnachten? Was war mein schönster Urlaub?). Die Zuhörer*innen wurden gebeten aktiv zuzuhören und die dritte Person beobachtete das Geschehen. Nach fünf Minuten gab es ein Feedback und einen Austausch in der großen Runde. Danach wurden für einen zweiten Durchgang die Rollen gewechselt. Nach 2,5 Minuten forderte ich die Zuhörer*innen auf, eine Minute lang nicht

mehr aktiv zuzuhören, sondern Desinteresse zu signalisieren (Zuhörer*in). Nach einer Minute sagte ich, dass wieder aktiv zugehört werden sollte. Sinn dieses Wechsels ist, dass die Studierenden genau den Unterschied merken zwischen aktivem Zuhören und Desinteresse. Danach gingen wir nochmal in den Erfahrungsaustausch.

Fünfter Termin – Kollegiale Fallberatung

Die Fallberatung ist eine Methode, die im pädagogischen Bereich entwickelt wurde und auf der Idee basiert, verschiedene Erfahrungen und Expertisen zu nutzen, um Lösungen für eine Problemkonstellation zu entwickeln (Franz, Kopp, 2003).

Am Anfang der Stunde wurde die Methode der kollegialen Fallberatung den Studierenden vorgestellt (nach Reineck, Anderl, 2012). Der Ablauf ist wie folgt strukturiert:

1. Interview mit dem Fallbringer/der Fallbringerin – Fallvorstellung
2. Rückfragen durch die Gruppe
3. Einfälle sammeln
4. Fallbringer*in macht eine Zwischenrückmeldung
5. Lösungsvorschläge werden gesammelt
6. Fallbringer*in gibt erneut Rückmeldung
7. Allgemeiner Austausch in der Gruppe
8. Sharing

Nach der genauen Erläuterung der Schritte fragte ich nach Freiwilligen, die Interesse an einer Fallberatung haben. Es fand sich in diesem Fall eine Freiwillige. Wir hielten die Ergebnisse in den Zwischenschritten auf Metaplankarten fest und übten, Annahmen und Hypothesen zu bilden. Ich unterstützte beim Hypothesenentwickeln, indem ich zwei Beispielhypothesen nannte.

Termin 6 – Bewusstheitsrad

Im letzten Präsenztermin wurden wieder Triaden gebildet und die Übung „Das Bewusstheitsrad“ vorgestellt. Das Bewusstheitsrad ist eine Methode, die das Selbstbild schärft und Bewusstsein für Situationen und die eigene Person erzeugt. Der Fokus liegt dabei auf der eigenen Wahrnehmung und der Interpretation (Tosch, 2006). Das Bewusstheitsrad besteht aus sechs Teilbegriffen, mit denen gearbeitet wird:

1. Interpretation
2. Wahrnehmung
3. Gefühl
4. das Gefühl hinter dem Gefühl
5. Absicht
6. Handlung

Die Gruppen schrieben die verschiedenen Begriffe auf Metaplankarten und legten sie auf den Boden.

Die Triaden teilten sich in Fallgeber*in, Prozessbegleiter*in und Beobachter*in auf. Wir führten das Bewusstheitsrad dreimal durch, sodass jeder einmal in jeder Rolle war. Für die einzelnen Schritte im Bewusstheitsrad gab ich Beispielfragen als Hilfestellung.

Fallbeispiel

Zur Festigung der praktischen Tools hatten die Studierenden die Aufgabe, ein Fallbeispiel zu lesen und selbstständig schriftlich zu dem Fallbeispiel aus der Schule eine systemische Intervention zu entwickeln.

Ausblick

Zukünftig sollten Seminare, die den Studierenden helfen, Techniken und Methoden zu erlernen, die für ihren beruflichen Alltag gewinnbringend sind, vermehrt angeboten werden. Es fehlt oft ein Praxisbezug und viele Lehramtsstudierende berichten von einem Praxischock, wenn sie erstmals in den Berufsalltag als Lehrkraft einsteigen. Es sollte in der Ausbildung von Lehrer*innen die Aufgabe sein, dies zu vermeiden und Studierende bestmöglich auf das System Schule vorzubereiten. Fähigkeiten, die helfen, sich besser in komplexen Systemen zurechtzufinden oder auch mit Konflikten im Berufsalltag erfolgreicher umzugehen, werden oft nicht hinreichend im Studium erlernt. Gerade hierfür wäre die Integration von systemischen Inhalten förderlich und wünschenswert.

Literatur

- Busch, C., Dreyer, R. (2020). Gesundheitscoaching für Paare. Ein Coachingkonzept zur Burnoutprävention. Wiesbaden: Springer Verlag.
- Franz, H. W., Kopp, R. (2003). Die Kollegiale Fallberatung: ein einfaches und effektives Verfahren zur ‚Selbstberatung‘. Sozialwissenschaften und Berufspraxis, 26(3), S. 285-294.
<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-38081> (22.9.2020)

- Hanswille, R. (2015). Handbuch systemische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hartung, S., Spitta, W. (2020). Lehrbuch der Systemaufstellungen. Grundlagen, Methoden, Anwendung. Berlin: Springer Verlag.
- Molter, H., Nöcker, K. (2018). Systemisch Schule machen. Spickzettel für Lehrer. Heidelberg: Carl-Auer.
- Pfannmöller, J. (2015). Der systemische Lehrer. Spickzettel für Lehrer. Heidelberg: Carl-Auer.
- Reineck, U., Anderl, M. (2012). Handbuch Prozessberatung. Weinheim: Beltz Verlag.
- Schmidt, T. (2006). Kommunikationstrainings erfolgreich leiten. Der Seminarfahrplan. Bonn: Manager Seminare Verlags GmbH.
- Storch, M., Riedener, A. (2005). Ich packs! Selbstmanagement für Jugendliche. Ein Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell. Bern: Huber Verlag.
- Tietel, E. (2006b): Die interpersonelle und die strukturelle Dimension der Triade. In: Rieforth, J. (Hrsg.). Triadisches Verstehen in sozialen Systemen. S. 61-85, Heidelberg: Carl-Auer.
- Tosch, M. (2006). Das Bewusstheitsrad. NeulandMagazin, Nr. 31, S. 3.
https://neuland.ch/neuland_magazin/31/magazin31.pdf (23.9.2020)
- v. Schlippe, A., Schweitzer, J. (2016). Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Lena Kluge, systemische Beraterin, Dozentin an mehreren Universitäten und Hochschulen. Seit 2020 Leitung Department Sport- und Wirtschaftspsychologie an der Paracelsus Klinik Bremen, Professorin für Kommunikation an der APOLLON Hochschule der Gesundheitswirtschaft (2016 bis 2020), Universitätslektorin Universität Bremen (2015 bis 2019), Personalmanagement Vertrieb Allianz Beratungs- und Vertriebs-AG (2012 bis 2015), Promotion an der Universität Hamburg im Bereich Motivationspsychologie, Studium der Psychologie an der TU Chemnitz, Universität Trier und der TU München, Ausbildung als Sportpsychologin (asp), Mitglied in der Systemischen Gesellschaft (SG).
info@kluge-psychologie.de